



## ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ



1ος Θεματικός Κύκλος «Ζω καλύτερα-Ευ ζην

*«Χτίζω σώμα γερό , είμαι παιδί δυνατό!»*



*Βασικός σκοπός του θεματικού κύκλου θα είναι αρχικά η γνωριμία με τον εαυτό μας και το σώμα μας. Να κατανοήσουν ότι όλοι οι άνθρωποι είναι τελικά ίδιοι και πρέπει να προσέχουμε το σώμα μας για να δουλεύει σωστά και να είμαστε υγιείς και ευτυχισμένοι. Να μάθουν να διαχωρίζουν τις τροφές σε κατηγορίες και να αποκτήσουν συνήθειες υγιεινών επιλογών ως προς τη διατροφή τους, γνωρίζοντας την πυραμίδα της διατροφής.*



## Το εργαστήριο: Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ

**1η δραστηριότητα :** Αναφέρουμε στα παιδιά ότι είμαστε άνθρωποι και διαφέρουμε από τα ζώα. Τα παιδιά καλούνται σε ιστόγραμμα με κεντρική έννοια τον άνθρωπο να μας πουν τι γνωρίζουν. Στη συνέχεια διαβάζουμε το βιβλίο «Τα σώματα των ανθρώπων» και τα παιδιά σηκώνονται σε ζευγαράκια και κάνουμε συγκρίσεις. Βρίσκουν μεταξύ τους ομοιότητες και διαφορές.





Τα παιδιά του ολόημερου τμήματος έφτιαξαν ένα κουδουνιστό πρόσωπο», έβαψαν δυο χάρτινα πιάτα τα γέμισαν με ρύζι, έκοψαν μάτια, μύτη, στόμα και αυτιά τα κόλλησαν και τα χρωμάτισαν.



2η δραστηριότητα: Τα παιδιά μπροστά σε καθρέφτη περιγράφουν τον εαυτό τους. Ακούμε τραγούδι για το σώμα με τον αριθμό 1 και ομαδικά στον πίνακα τα παιδιά σχηματίζουν έναν άνθρωπο. (Βάζουν κεφάλι, σώμα, χέρια, πόδια, κτλ το κάθε παιδί διαφορετικά στοιχεία). Στο τέλος ζωγραφίζουν και αυτά τον εαυτό τους σε φύλλο εργασίας που τους δίνεται.






Τα παιδιά του ολόημερου τμήματος κόβουν ο καθένας ατομικά έναν καθρέφτη και ζωγραφίζουν ελεύθερα το πρόσωπό τους





Τα παιδιά φέρνουν φωτογραφίες από την βρεφική τους ηλικία και τις δείχνουν. Συνειδητοποιούν πόσο μεγάλωσαν. Βάζουν σε σειρά εικόνες με την εξέλιξη του ανθρώπου καθώς μεγαλώνει.





Ακούμε την ιστορία με το αίνιγμα του Οιδίποδα . Δραματοποιούμε τα στάδια ανάπτυξης του ανθρώπου και τέλος δίνουμε στα παιδιά να συμπληρώσουν ανοικτό φύλλο εργασίας .

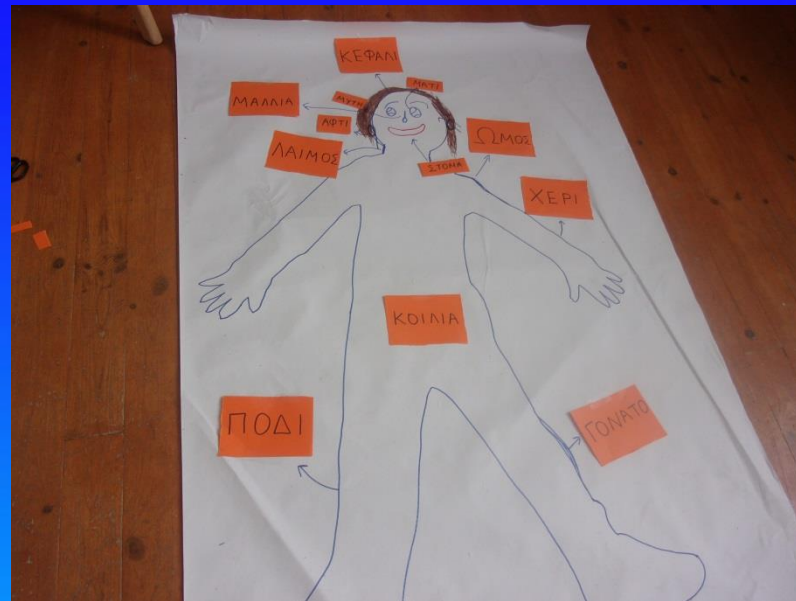






## 2<sup>ο</sup> εργαστήριο: Το σώμα μου

Τα παιδιά βάζουν το περίγραμμα του σώματος και κολλούν τις καρτέλες με τα μέρη του σώματος στα ανάλογα σημεία.





Τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος φτιάχνουν με χαρτοκοπτική ένα ανθρωπάκι

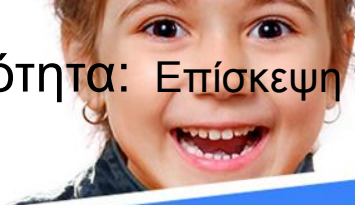


## 2<sup>η</sup> δραστηριότητα

- Ακούμε τραγούδια για το ανθρώπινο σώμα και κάνουμε τις κινήσεις.
- Τα παιδιά του ολοήμερου ακούν το τραγούδι «εγώ είμαι εγώ- το σώμα μου»

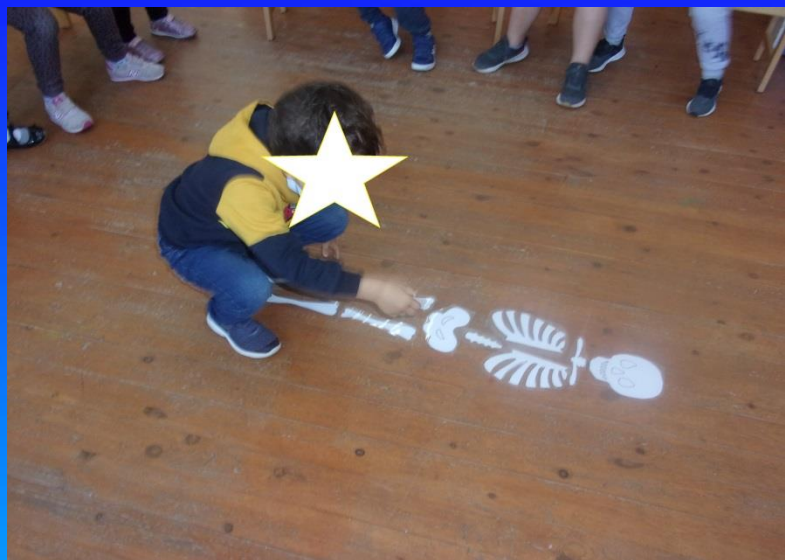


### 3η δραστηριότητα: Επίσκεψη του κυρίου Τούλη του Σκελετούλη.



Τα παιδιά γνωρίζουν ότι το σώμα μας στηρίζεται από τον σκελετό μας. Ακουμπάμε το σώμα μας και ανακαλύπτουμε τα σκληρά κόκκαλα. Βλέπουμε σχετικό βιντεάκι, ακτινογραφίες και συναρμολογούμε έναν σκελετό.





Ο Σκελετούλης κάνει κινήσεις στο πάτωμα και εμείς τον μιμούμαστε.















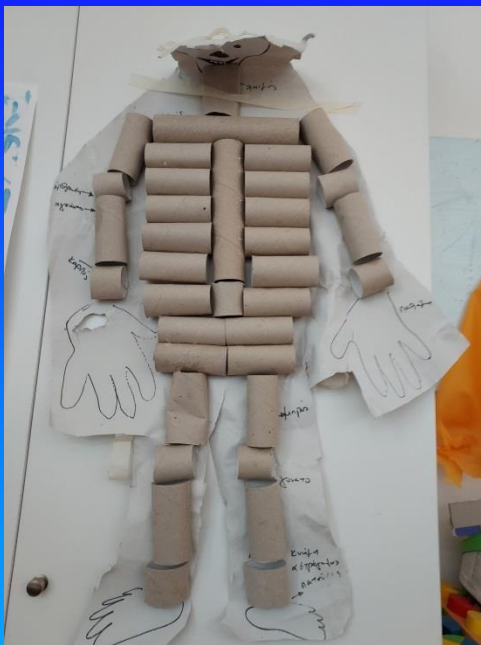
Ακούμε και χορεύουμε το τραγούδι  
«the skeleton song»

Ζωγραφίζουμε σε ανθρωπάκι τα  
κόκαλα με τον δικό μας τρόπο.





Ομαδική κατασκευή με ρολά υγείας του ανθρώπινου σκελετού από τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος





Ατομική κατασκευή με χαρτοκοπτική από τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος του ανθρώπινου σκελετού



### 3<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Το σώμα μου από μέσα»

Βλέπουμε σχετικό βιντεάκι από τον κύριο Σωστό και δείχνουμε στα παιδιά τα εσωτερικά όργανα του ανθρώπινου σώματος σε πλαστικοποιημένες έγχρωμες εικόνες, εξηγώντας παράλληλα και τη λειτουργία τους. Τα όργανα αυτά τα τοποθετούμε πάνω στο περίγραμμα παιδιού που έχουμε φτιάξει στο κατάλληλο μέρος.

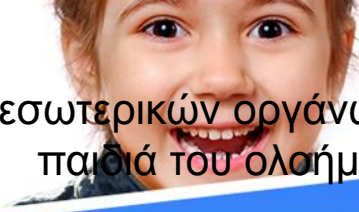


Κάνουμε στη συνέχεια αντιστοίχιση οργάνου με καρτελάκι με το ονομά του. Τα παιδιά ζωγραφίζουν σε ανθρωπάκι τα όργανα με τον δικό τους τρόπο.





Ομαδική κατασκευή των εσωτερικών οργάνων ενός αγοριού και ενός κοριτσιού από τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος.



- 2η δραστηριότητα: Τα παιδιά ακούν με στηθοσκόπιο την καρδιά τους, βλέπουμε βιντεάκι με το κυκλοφορικό σύστημα και ζωγραφίζουν σε ανθρωπάκι την καρδιά με φλέβες και αρτηρίες με τον δικό τους τρόπο.



## 4<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Οι αισθήσεις μας»

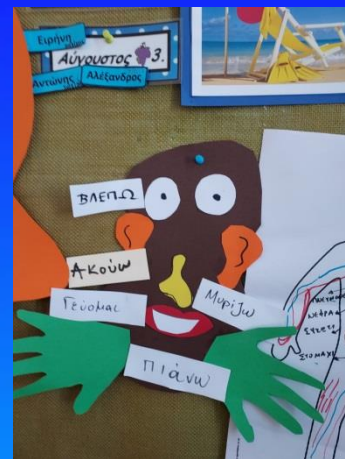
1η δραστηριότητα: Αισθήσεις. Μιλάμε για την όραση. Τα παιδιά ανοίγουν το κουτί με τους θησαυρούς και βρίσκουν γυαλιά. Μιλάμε για τα μάτια. Διαβάζουμε βιβλίο για την όραση, παρατηρούμε τα μάτια μας στον καθρέφτη. Παίζουμε κοιτώντας μέσα από κιάλια, μέσα από καλειδοσκόπιο... Ζωγραφίζουμε κάτι που βλέπουμε. Αφήγηση του παραμυθιού του Έρικ Καρλ «Καφέ αρκούδα καφέ αρκούδα τι βλέπεις;», κατασκευή με ρολά υγείας κβαλιών και θεατρικό παιχνίδι το τι βλέπουν με τα κυάλια από τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος.





2η δραστηριότητα: Μιλάμε για την ακοή. Τα παιδιά ανοίγουν το κουτί με τους θησαυρούς και βρίσκουν ακουστικά και μπατονέτες. Μιλάμε για τα αυτιά. Διαβάζουμε σχετικό βιβλίο και παράλληλα πειραματιζόμαστε. Βάζουμε στο αυτί μας ένα κοχύλι, ανακαλύπτουμε τα ηχητικά κύματα που δονούν το τύμπανο του αυτιού μας (καλύπτουμε με τεντωμένη μεμβράνη ένα μπολ και πάνω ρίχνουμε ρύζι. Από πάνω χτυπάμε ένα τύμπανο και τα ηχητικά κύματα κάνουν το ρύζι να αναπηδά. Ακούμε κρουστά οργανάκια και τα ξεχωρίζουμε έχοντας γυρισμένη την πλάτη μας. Ακούμε μαγνητοφωνημένους ήχους και μαντεύουμε την προέλευσή τους. Ζωγραφίζουμε κάτι που ακούμε.

Δουλεύοντας την ακοή ανακαλύπτουμε κάποιους ήχους και τους χωρίζουμε σε δυνατούς και σιγανούς. Μιλάμε για το πώς είναι το αυτί μας και με ποιο τρόπο ακούμε. Αφηγούμαστε το παραμύθι του Έρικ Καρλ « ένας ήσυχος γρύλλος» και μιλάμε στο αυτοσχέδιο τηλέφωνο. Κατασκευή καπέλου «του κύριου αυτιά.»







## 5η δραστηριότητα: Μιλάμε για τη αφή. Τα παιδιά βρίσκουν στους θησαυρούς ένα γάντι

Διαβάζουμε σχετικό βιβλίο και στη συνέχεια πειραματιζόμαστε πιάνοντας αντικείμενα με διαφορετική υφή. Ακολουθεί παιχνίδι... Τα παιδιά με κλειστά μάτια μαντεύουν τι είναι αυτό που ακουμπούν. Στο τέλος ζωγραφίζουν κάτι που πιάνουν. Τα παιδιά του ολοήμερου φτιάχνουν το κολλάζ της αφής με διάφορα υλικά και χαρτάκια.





Τα παιδιά του ολοήμερου τμήματος αντιστοιχούν τις καρτέλες των αισθήσεων με ανάλογες εικόνες



## Εργαστήριο 5

### «Μάκης ο Ενζυμάκης ... και διαδικασία πέψης»

1η δραστηριότητα: Διαβάζουμε στα παιδιά το βιβλίο «Ο Μάκης ο Ενζυμάκης» και στη συνέχεια παρακολουθούν βιντεάκι σχετικά με την διαδικασία της πέψης.





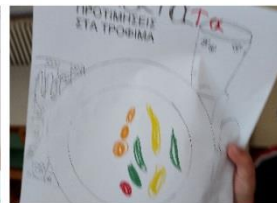
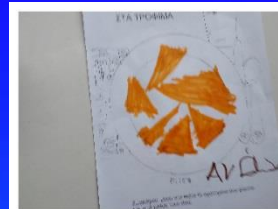
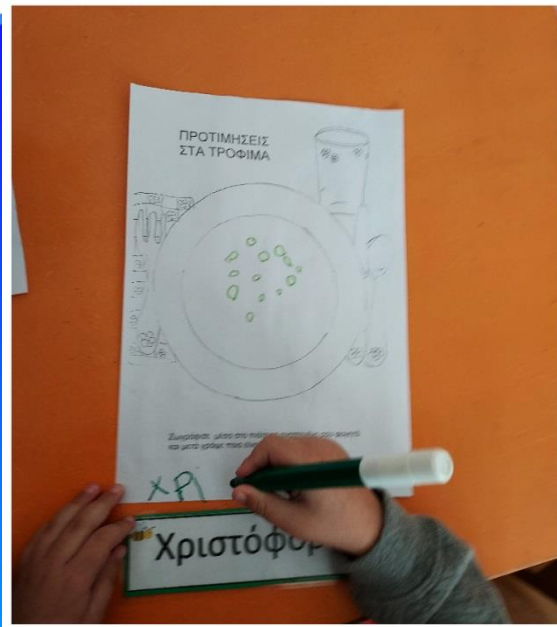
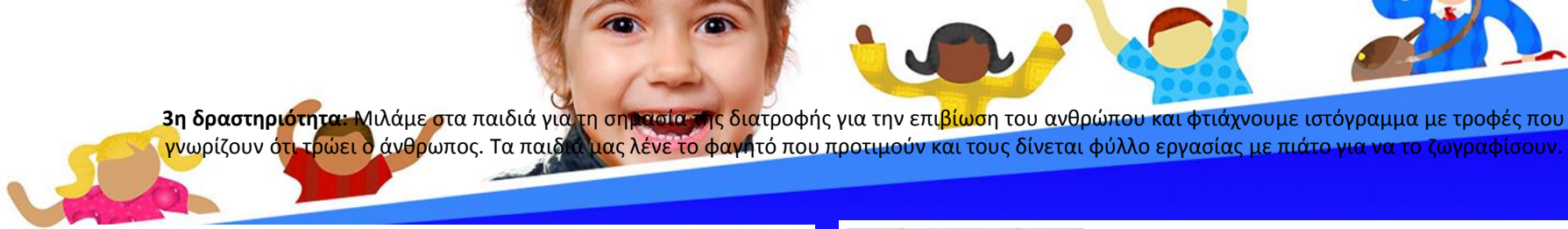


**3η δραστηριότητα:** Μιλάμε στα παιδιά για τη σημασία της διατροφής για την επιβίωση του ανθρώπου και φτιάχνουμε ιστόγραμμα με τροφές που γνωρίζουν ότι τρώει ο άνθρωπος. Τα παιδιά μας λένε το φαγητό που προτιμούν και τους δίνεται φύλλο εργασίας με πιάτο για να το ζωγραφίσουν.

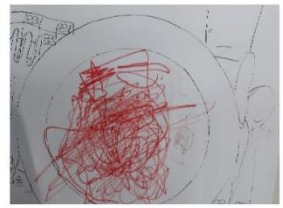
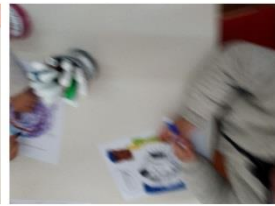
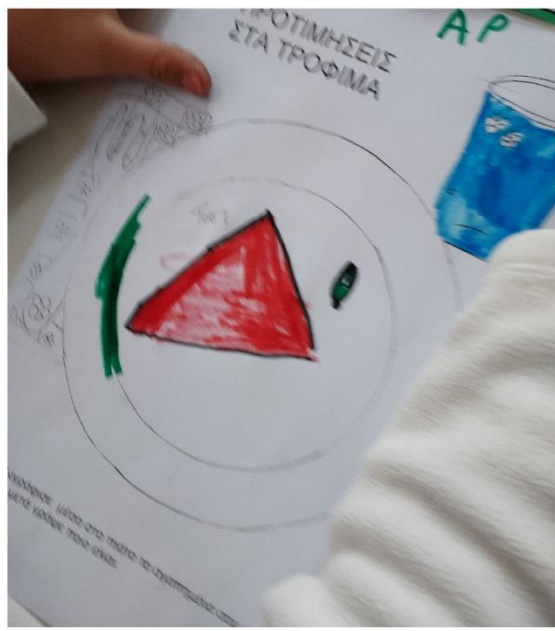




**3η δραστηριότητα:** Μιλάμε στα παιδιά για τη σημασία της διατροφής για την επιβίωση του ανθρώπου και φτιάχνουμε ιστόγραμμα με τροφές που γνωρίζουν ότι τρώει ο άνθρωπος. Τα παιδιά μας λένε το φαγητό που προτιμούν και τους δίνεται φύλλο εργασίας με πιάτο για να το ζωγραφίσουν.



Τα μακαρόνια και η πίτσα ήταν τα αγαπημένα τους...



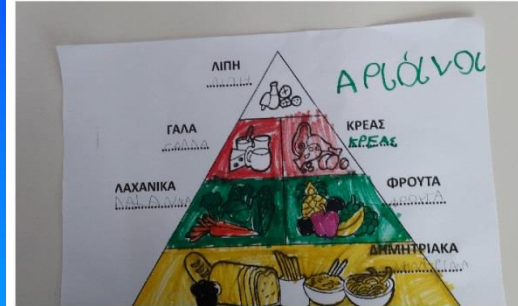
## Εργαστήριο 6

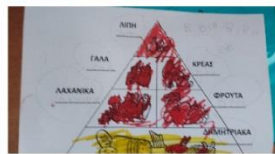
### «Διαχωρισμός τροφίμων – Πυραμίδα Διατροφής»

- 1η δραστηριότητα: Θέτουμε το ερώτημα από πού παίρνει ο άνθρωπος τα τρόφιμα. Διαβάζουμε το παραμύθι «Η κυρά Διατροφή». Τα παιδιά γνωρίζουν την κυρία Σαβούρα και την κυρία Διατροφή (2 κούκλες) και μέσα από 2 ποιήματα τους μιλούν για την αξία της σωστής διατροφής. Ανάγνωση βιβλίου στο storyjumper με τους 10 κανόνες της σωστής διατροφής.
- 2η δραστηριότητα: Παρουσιάζω στα παιδιά εικόνες από όλες τις ομάδες τροφίμων και τα χωρίζω σε Δημητριακά, φρούτα, λαχανικά, γαλακτοκομικά, κρεατικά –ψάρι- όσπρια, γλυκά – λίπη. Ακούμε τραγούδια όπως η Πατάτα και το Μικρό μπιζέλι. Τα παιδιά του ολοήμερου ακούν το τραγούδι «Το καρότο και η αγγινάρα»



**3η δραστηριότητα:** βλέπουμε εικόνες με διατροφικές πυραμίδες. Φτιάχνουμε μια δική μας πυραμίδα και τοποθετούμε ανάλογα τις ομάδες τροφίμων. Δίνεται στα παιδιά φύλλο εργασίας με διατροφική πυραμίδα για να ζωγραφίσουν τις τροφές και να γράψουν όπως μπορούν τις ομάδες που ανήκουν. Τα παιδιά του ολοήμερου φτιάχνουν με πινέλα ένα υγιεινό πιάτο «χωρισμένο στα αντίστοιχα χρώματα της διατροφικής πυραμίδας» και με χαρτοκοπτική φτιάχνουν φρούτα – λαχανικά –γάλα- ψωμί –κοτοπουλο-λίπη. Τα παιδιά του ολοήμερου με χαρτοκοπτική φτιάχνουν διατροφική πυραμίδα.





## Εργαστήριο 7 «Υγιεινές – Ανθυγιεινές τροφές»

**1η δραστηριότητα:** Παραμύθι «Ο Ωραίος Δαρείος». Τραγουδάμε το τραγούδι του ΝΑΙ και του ΟΧΙ με τα τρόφιμα. Αφήγηση του παραμυθιού «Μια φορά ήταν η Κολοτούμπα». Εποπτικό υλικό για το τι σημαίνει θρεπτικές ουσίες, για το τι σημαίνουν υδατάνθρακες και πρωτεΐνες, ποιες είναι οι βιταμίνες κλπ. Τα παιδιά επιλέγουν από εικόνες ένα υγιεινό πρωινό.





**2η δραστηριότητα:** Παροιμίες με τη διατροφή. Τα παιδιά ξεχωρίζουν εικονόλεξα με παροιμίες. Συμπληρώνουν ως εμπέδωση φύλλο εργασίας με διαχωρισμό τροφών σε υγιεινές και ανθυγιεινές. Κατασκευή πίνακα υγιεινών και ανθυγιεινών τροφών από τα παιδιά του ολόημερου τμήματος. Παιχνίδι αινιγμάτων με φρούτα και λαχανικά.

**3η δραστηριότητα:** «Παραμύθι Χάνσελ και Γκρέτελ» Δραματοποίηση ...



# ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Μέσα από ένα πλήθος στρατηγικών διδασκαλίας, ρουτινών σκέψης, και αξιοποιώντας εποπτικό και ψηφιακό υλικό, βιωματικές δράσεις, τέχνες και θεατρικό παιχνίδι, και σεβόμενοι οι νηπιαγωγοί το ρυθμό και το προσωπικό προφίλ του κάθε μαθητή, τα παιδιά συνεργάστηκαν μεταξύ τους, έμαθαν νέες πληροφορίες, έφτιαξαν ποικίλες κατασκευές, εμπλούτισαν το προφορικό τους λεξιλόγιο, πειραματίστηκαν με υλικά.

