

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

1^{ος} Θεματικός κύκλος: Ζω καλύτερα- Ευ ζην

Θέμα: «Διατροφή»

Τίτλος: «Ο Ρούλης Τροφούλης και η περιπέτειά του στον κόσμο της υγιεινής διατροφής».

Στόχοι:

- Να κατανοήσουν την προέλευση των τροφών, την αξία και τις επιδράσεις τους στην υγεία.
- Να γνωρίσουν την πυραμίδα της ισορροπημένης διατροφής και κατά συνέπεια και την υγιεινή διατροφή.
- Να αναγνωρίζουν τις υγιεινές τροφές, τα εποχιακά τρόφιμα και τη θρεπτική τους αξία.
- Να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους.
- Να αποκτήσουν διατροφική συνείδηση προασπίζοντας τη σωματική και ψυχική τους υγεία.

Νηπιαγωγοί: Αναστασία Κεφάλα Θεοδώρα Μπράτσου



Ο Ρούλης Τροφούλης
μας επισκέφτηκε
φέροντας ένα μήνυμα:

«ΤΡΩΜΕ ΣΩΣΤΑ,
ΤΡΩΜΕ ΥΓΙΕΙΝΑ»

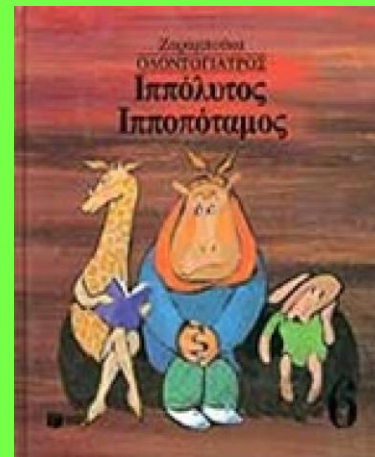
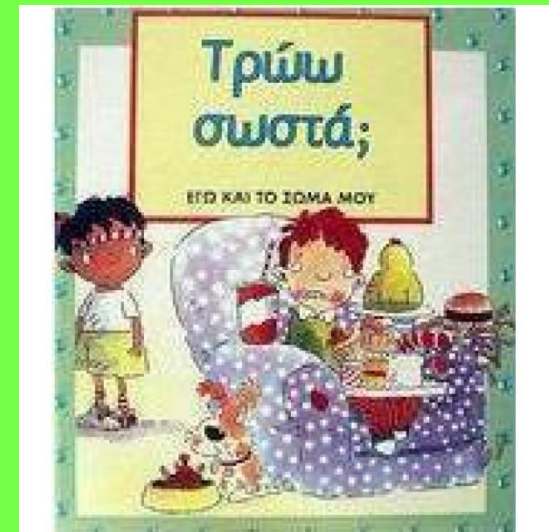
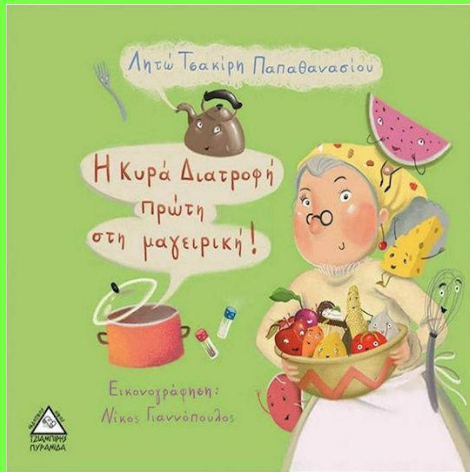


Παρακολουθήσαμε το βίντεο:
Διατροφή- Τρώω σωστά- τρώω υγιεινά



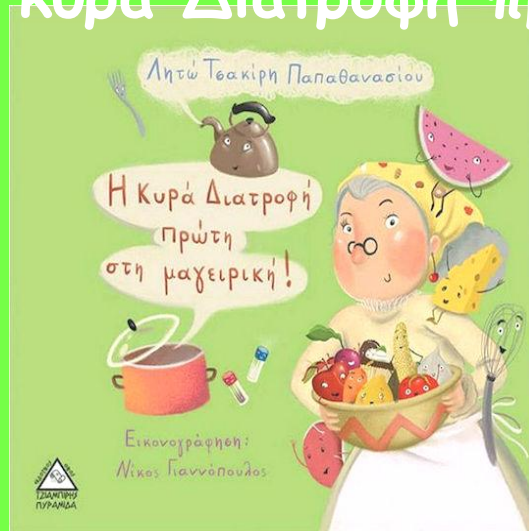
<https://www.youtube.com/live/KQEY1zDheKw>

Βιβλία για τη διατροφή από τη βιβλιοθήκη μας!



Αφορμή για συζήτηση και προβληματισμό...

Διαβάσαμε το βιβλίο: «Η κυρά Διατροφή πρώτη στη μαγειρική!»

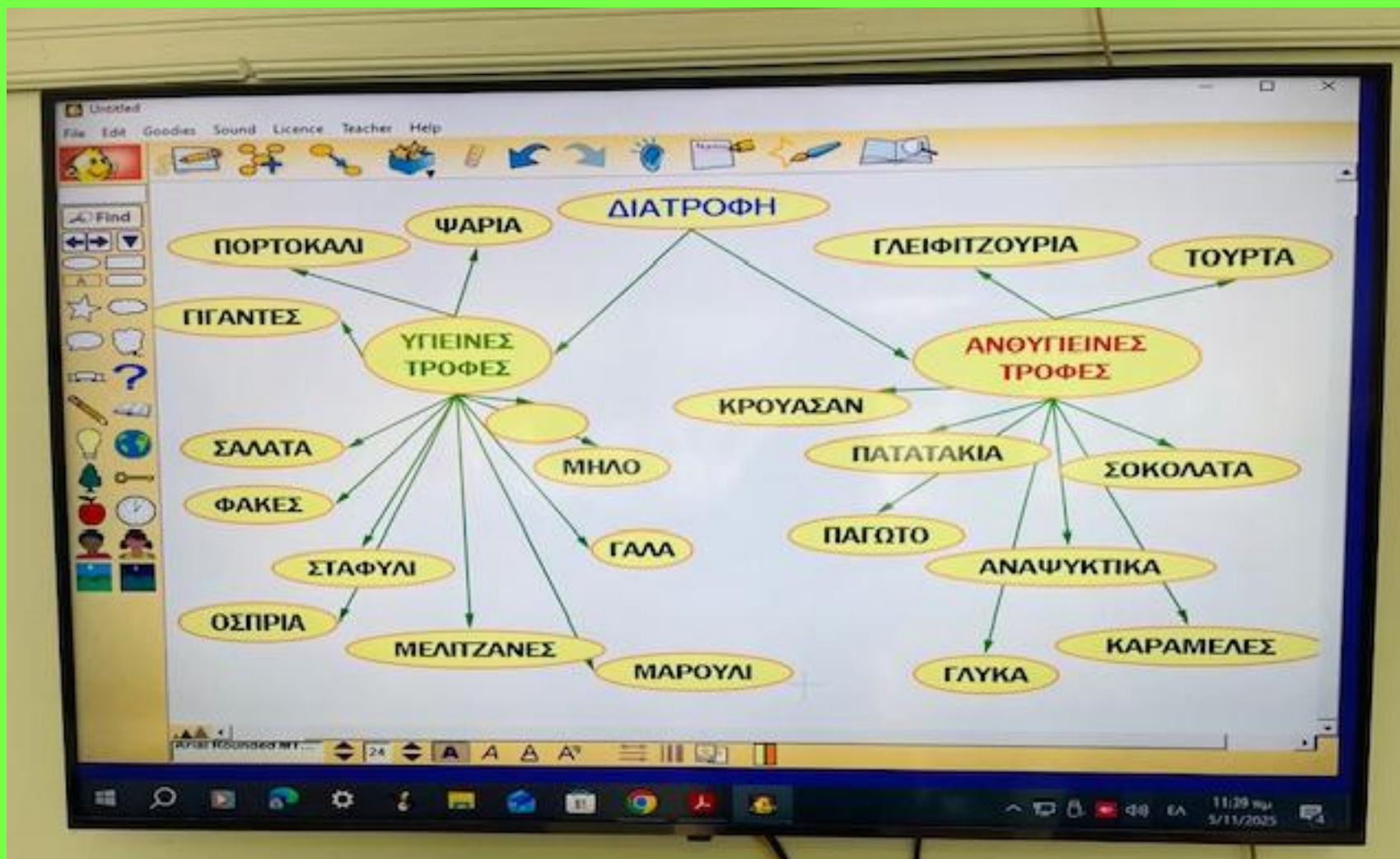


...και ζωγραφίσαμε ότι μας έκανε εντύπωση

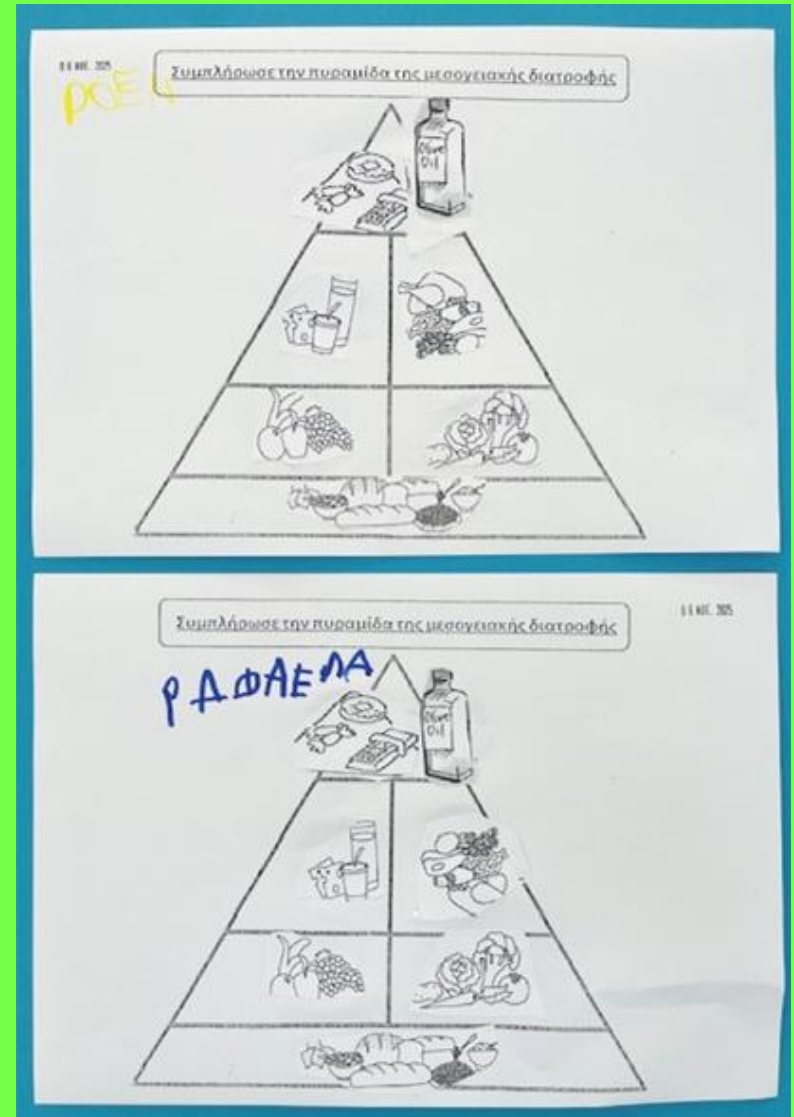
Ζωγραφίζουμε και παρουσιάζουμε το αγαπημένο μας φαγητό



Δημιουργία εννοιολογικού χάρτη μέσω του λογισμικού Kidspiration



Γνωρίσαμε την πυραμίδα μεσογειακής διατροφής και δημιουργήσαμε τη δική μας με κολάζ



Παίξαμε ψηφιακά παιχνίδια στον υπολογιστή



<https://www.google.com/search?q=διατροφή%3A+learningapps>

<https://www.google.com/search?q=διατροφή>

<https://www.google.com/search?q=διατροφή+livesheets>

<https://aesop.iep.edu.gr/node/14205/3620>

<https://learningapps.org/watch?v=pdj5qa3qk22>

Συμπληρώσαμε φύλλα εργασίας



Κατασκευή: Υγιεινή και ανθυγιεινή διατροφή



Τι έμαθα....



Τι μου άρεσε

[illegible]

Άρθρα στο blog του Νηπιαγωγείου

**Παραμύθια με αφήγηση
και τραγούδια**

<https://blogs.sch.gr/nipklenias/archives/1359>

Τροφή για Δράση

<https://blogs.sch.gr/nipklenias/archives/1396>

**Ενημερωτικό υλικό
του Υπουργείου Υγείας**

<https://blogs.sch.gr/nipklenias/archives/607>

