


B1. Σχέδιο Δράσης του Τμήματος - Θεματικός Κύκλος «Ζω καλύτερα-Ευ ζην»

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2020-21

	<p>Θεματικός Κύκλος: Ζω καλύτερα- Ευ ζην Επιμέρους Θεματικές Ενότητες/Υποενότητες: Διατροφή</p>
<p>Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων: «Μέτρο, Ποικιλία, Κίνηση, Ευεξία»</p>	<p>Ο δικός μας τίτλος: « Μυαλό και σώμα δυνατό σημαίνει τρώω το σωστό κι αν θέλω μια ζωή καλή κάνω και γυμναστική»</p>
<p>Στόχοι Σχεδίου Δράσης</p>	<p>Αναφορά σε:</p> <p>A) δεξιότητες που πρόκειται να καλλιεργηθούν</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες (συνεργασία, επικοινωνία και αλληλεπίδραση, να κάνουν υποθέσεις, να επιχειρηματολογήσουν) να καταλήξουν σε συμπεράσματα από κοινού, αναπτύσσοντας υπεύθυνα στάση και συμπεριφορά. • Να καλλιεργήσουν τη δημιουργική τους σκέψη, την κριτική τους ικανότητα και τη φαντασία. • Να συμμετέχουν ενεργά σε διαδικασίες ανακάλυψης και επίλυσης προβλημάτων • Να αναπτύξουν δεξιότητες μάθησης (συνεργασία, δημιουργικότητα, επικοινωνία) και ψηφιακές δεξιότητες μάθησης <p>B) στόχους που θέτουμε ως προς τον θεματικό κύκλο και την επιμέρους θεματική ενότητα :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να συνειδητοποιήσουν ότι το φαγητό μας βοηθάει να ζούμε, να αναπτυσσόμαστε και να έχουμε ενέργεια για τις διάφορες δραστηριότητές μας. • Να γνωρίσουν τα θρεπτικά συστατικά που περιέχονται στις τροφές (υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λίπη, άλατα, βιταμίνες, νερό). • Να γνωρίσουν τα παιδιά τη Μεσογειακή Πυραμίδα Διατροφής • Να γνωρίσουν τις ομάδες τροφίμων και τη συμβολή τους στην υγεία μας. • Να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές τι είναι το πεπτικό σύστημα. Να κατανοήσουν τη διαδικασία της πέψης μέσα από το ταξίδι των τροφών • Να κατανοήσουν οι μαθητές ότι, για να καλύψουν τις ανάγκες τους σε θρεπτικά συστατικά, χρειάζεται να καταναλώνουν τρόφιμα από όλες τις ομάδες τροφίμων • Να κατανοήσουν πόσο σημαντικό είναι το νερό στη ζωή μας . • Να μάθουν να διαχωρίζουν τις υγιεινές από τις λιγότερο υγιεινές τροφές. • Να κατανοήσουν πόσο σημαντική είναι η άθληση για την υγεία τους. • Να διαμορφώσουν στάσεις, αξίες και συμπεριφορές που συνάδουν με τη φιλοσοφία της υγιεινής διατροφής και τις διατροφικές συνήθειες που είναι απαραίτητες για τη σωματική και πνευματική τους ευεξία.



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>. Η προσέγγιση της θεματικής θα είναι κατά κύριο λόγο διαθεματική και θα γίνει προσπάθεια να εμπλακούν σε αυτή όλα τα γνωστικά αντικείμενα του Νηπιαγωγείου (γλώσσα, μαθηματικά, φυσικό και ανθρωπογενές περιβάλλον, πληροφορική και αγγλικά).</p> <p>Διάρκεια: 7 εβδομάδες. Περίοδος υλοποίησης: Οκτώβριος – Νοέμβριος</p> <p>Γ) τους στόχους που επιπροσθέτως θέτουμε ή σε σύνδεση με το πρόγραμμα σπουδών των γνωστικών αντικειμένων (προαιρετικά)</p>
Ακολουθία εργαστηρίων	
Εργαστήριο 1 «Γιατί πρέπει να τρώμε»	<p>Το 1^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Γιατί πρέπει να τρώμε». Αποτελείται από 4 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών.</p> <p>Η 1^η δραστηριότητα αφορά τη δημιουργία ομάδων και οι υπόλοιπες το 1^ο εργαστήριο.</p> <p>1^η Δραστηριότητα : Δημιουργία ομάδων</p> <p>Στο 1^ο εργαστήριο του κάθε θεματικού κύκλου πραγματοποιούνται δραστηριότητες για τη δημιουργία ομάδων. Τα παιδιά μαθαίνουν να επικοινωνούν και να συνεργάζονται μεταξύ τους για την επίτευξη ενός κοινού στόχου και να κατανοούν την αξία των συμμαθητών τους.</p> <p>Η Νηπιαγωγός φτιάχνει δύο ζουζούνια, 1 μπλε και 1 κόκκινο, τα πλαστικοποιεί και τα κόβει στη μέση. Κάθε παιδί τραβά το μισό και βρίσκει μετά το ζευγάρι του. Για να γίνουν όμως οι δυάδες τετράδες η Νηπιαγωγός φτιάχνει και δύο τερατάκια στο ίδιο χρώμα με τα ζουζούνια. Με την ίδια διαδικασία γίνονται και τα υπόλοιπα παιδιά δυάδες και στη συνέχεια με βάση το χρώμα γίνονται και οι τετράδες. Έτσι δημιουργούνται στην τάξη μας δύο ομάδες των τεσσάρων ατόμων, η μπλε και η κόκκινη, που με την καθοδήγηση της Νηπιαγωγού οδηγούνται στη σύνταξη των κανόνων της ομάδας τους.</p> <p>2^η Δραστηριότητα: Εισαγωγή</p> <p>Με αφορμή το δεκατιανό των παιδιών η Νηπιαγωγός ξεκινάει τη συζήτηση για το φαγητό. Γιατί τρώμε; Πότε τρώμε; Πόσο πρέπει να τρώμε; Τι θα συμβεί αν κάποιος δεν τρώει; Τι σας αρέσει να τρώτε περισσότερο; Η Νηπιαγωγός καταγράφει όλες τις απαντήσεις των παιδιών σχετικά με το γιατί πρέπει να τρώμε και δημιουργούν έναν εννοιολογικό χάρτη.</p> <p>https://app.popplet.com/#/p/6438923.</p> <p>Τους δείχνει εικόνες από πρωινό, μεσημεριανό και βραδινό γεύματα και τα παιδιά αφού τις περιγράψουν τις χωρίζουν σε 3 ομάδες.</p> <p>3^η Δραστηριότητα: Ζωγραφική</p> <p>Τα παιδιά ζωγραφίζουν σε ένα φύλλο Α4 το αγαπημένο τους φαγητό.</p> <p>4^η Δραστηριότητα: Παραμύθι</p> <p>Η Νηπιαγωγός διαβάζει στα παιδιά το παραμύθι: «Ο ωραίος Δαρείος» και τα παιδιά καλούνται να απαντήσουν σε ερωτήσεις όπως: τι είναι σωστό να τρώμε; Πρέπει να υπάρχει ποικιλία στην καθημερινή μας διατροφή; Τι συνέπειες μπορεί να έχει η απρόσεκτη διατροφή; Η Νηπιαγωγός δείχνει στα παιδιά εικόνες με τροφές και τις ομαδοποιούν σε υγιεινές και ανθυγιεινές.</p> <p>Φύλλο εργασίας: τα παιδιά κολλάνε σε ένα φύλλο Α4 που είναι χωρισμένο στη μέση υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές.</p> <p>5^η Δραστηριότητα: Πάζλ στον υπολογιστή</p> <p>Η Νηπιαγωγός ετοιμάζει στον Η/Υ πάζλ με εικόνες φαγητού. Τα παιδιά σε δυάδες προσπαθούν να το φτιάξουν.</p> <p>https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=3879fe55f7d7</p>



**Εργαστήριο 2
«Θρεπτικά συστατικά τροφών» και «Ομάδες τροφών»**

Το 2^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Θρεπτικά συστατικά των τροφών» αποτελείται από 6 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 5 διδακτικών ωρών.

1^η Δραστηριότητα : Εξοικείωση με τις βασικές κατηγορίες τροφίμων:

Τα παιδιά παρακολουθούν ένα βίντεο για τις ομάδες τροφών.

<https://youtu.be/oRo6xnUvWXo>

Συζητούν με τη Νηπιαγωγό για όσα είδαν στο βίντεο και αφού παρατηρήσουν και περιγράψουν κάποιες εικόνες που τους δείχνει καταλήγουν στο ότι όλες οι τροφές περιέχουν θρεπτικά συστατικά που είναι απαραίτητα για τον οργανισμό μας και ότι οι ομάδες τροφών είναι 5. Τα φρούτα και τα λαχανικά, τα γαλακτοκομικά, τα δημητριακά, τα ψάρια με τα κρέατα και τα όσπρια και τέλος τα λίπη.

2^η Δραστηριότητα: Ομαδικό κολλάζ

Η Νηπιαγωγός έχει σχεδιάσει με πατρόν σε 5 μεγάλα χαρτόνια από ένα σπιτάκι. Στο κάθε ένα αντιστοιχεί και μια οικογένεια από τις τροφές. Άρα θα έχουμε το σπιτάκι για τα γαλακτοκομικά, για τα φρούτα και τα λαχανικά, για τα δημητριακά, για τα λίπη, για το κρέας, τα θαλασσινά και τα όσπρια.

Τα παιδιά χωρισμένα σε ομάδες κολλάνε στα σπιτάκια που ταιριάζουν εικόνες τροφών που έχουμε κόψει από περιοδικά ή έχουμε βρει στο διαδίκτυο.

Την ίδια εργασία μπορούν να την κάνουν και ατομικά σε ένα φύλλο Α4 όπου σε κάθε σπιτάκι θα ζωγραφίσουν τις τροφές που ταιριάζουν.

3^η Δραστηριότητα: Θρεπτικά συστατικά

Το σώμα χρειάζεται όλα τα θρεπτικά συστατικά που περιέχουν οι τροφές για να είναι δυνατό, υγιές και με ενέργεια. Βλέπουμε εικόνες και συζητάμε για όλα τα θρεπτικά συστατικά (**βιταμίνες, πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, ιχνοστοιχεία και μέταλλα**) και σε ποιες τροφές τα βρίσκουμε.

4^η Δραστηριότητα :Το Νερό: Δεν ξεχνάμε να αναφέρουμε τη σημασία του νερού στη ζωή μας. Καθημερινά το ανθρώπινο σώμα χρειάζεται νερό για να λειτουργεί σωστά. Όμως κάθε μέρα χάνει νερό και για αυτό πρέπει να το αναπληρώνει. Νερό παίρνουμε από το πόσιμο νερό (το οποίο πρέπει να είναι και η πρώτη μας επιλογή), αλλά και από άλλα ροφήματα, όπως γάλα, χυμούς, τσάι, αναψυκτικά κλπ. Επίσης, νερό παίρνουμε σε μικρότερες ποσότητες από τα τρόφιμα (κυρίως φρούτα, λαχανικά, γιαούρτι και σουπές).

Κάθε παιδί χρειάζεται 1 – 1,5 λίτρο, δηλαδή 5ποτήρια νερό την ημέρα.

Συζήτηση για το τι πρέπει να κάνει κάποιος που δεν πίνει όσο νερό πρέπει.

Στη συνέχεια μοιράζουμε ατομικά φύλλα εργασίας σχετικά με την ημερήσια κατανάλωση νερού.

5^η Δραστηριότητα :Οι Ομάδες των Τροφών: Να μάθουν τα παιδιά

τις ομάδες τροφών μέσα από ένα τραγούδι και ποιες τροφές μας κάνουν καλό και ποιες όχι. (Μπορούμε να αξιοποιήσουμε το τραγούδι «Τόσο λάθος διατροφή!», της παιδικής χορωδίας Τυπάλδου

<http://www.youtube.com/watch?v=c9oP3pbSbjk#t=30>)

6^η Δραστηριότητα :Η συνταγή μας! Ζητάμε από τα παιδιά να

γράψουν μια υγιεινή συνταγή που τους αρέσει πολύ, στο σπίτι μαζί με τους γονείς τους και να τη ζωγραφίσουν. Αφού τις συγκεντρώσουμε όλες, φτιάχνουμε το βιβλίο των συνταγών δημιουργώντας ένα ωραίο εξώφυλλο.

Επίσης φτιάχνουμε ένα ψηφιακό βιβλίο με τις συνταγές και το αναρτούμε στην ιστοσελίδα του σχολείου.

<https://www.storyjumper.com/book/read/116117472/616fdae1d7a72>

Επεκτάσεις

Μπορούμε να παίξουμε με τους μαθητές μας το διαδραστικό παιχνίδι:

[Τα θρεπτικά συστατικά](https://wheelofnames.com/el/4x3-cmp) και έναν τροχό με τις ομάδες των τροφών που έχουμε φτιάξει <https://wheelofnames.com/el/4x3-cmp>



**Εργαστήριο 3
«Η Πυραμίδα της
Διατροφής»**

Το 3^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Η Πυραμίδα της Διατροφής» αποτελείται από 5 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 5 διδακτικών ωρών.

1^η Δραστηριότητα – Εισαγωγή: Η Νηπιαγωγός αρχικά παρουσιάζει τη Μεσογειακή Διατροφική Πυραμίδα στους μαθητές και αναλύει μαζί τους τις οικογένειες τροφών που την αποτελούν. Συζητάμε για τα θρεπτικά συστατικά των τροφών. «Πόσα σκαλάκια έχει η πυραμίδα; Ποιες τροφές υπάρχουν στο κάθε σκαλάκι; Γιατί κάτω είναι φαρδιά και όσο ανεβαίνουμε στενεύει; Ποιες τροφές μπορούμε να τρώμε περισσότερο και ποιες λιγότερο;»

Ακολουθεί συζήτηση για την υγιεινή διατροφή, που είναι η διατροφή που καλύπτει τις ανάγκες του οργανισμού μας σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά. Επίσης δεν ξεχνάμε ότι καλή διατροφή σημαίνει : **Μέτρο, Ποικιλία, Ισορροπία.**

2^η Δραστηριότητα

– Η δική μας Πυραμίδα! Φτιάχνουμε τη δική μας διατροφική πυραμίδα με την τεχνική του κολάζ. (έχουμε κόψει από περιοδικά φωτογραφίες με τροφές και τις κολλάμε στο επίπεδο που ταιριάζουν στην πυραμίδα) Η εργασία γίνεται ατομικά αλλά και όλοι μαζί φτιάχνουμε την πυραμίδα της τάξης μας.

Μαθαίνουμε το ποιηματάκι "**Η Πυραμίδα της Διατροφής**"

3^η Δραστηριότητα : Τραγούδι Ακούμε το τραγούδι της υγιεινής διατροφής, το τραγουδάμε και κινούμαστε στο ρυθμό.

4^η Δραστηριότητα: Μαγειρεύουμε? Μπορούμε με τους μαθητές να φτιάξουμε μια εύκολη συνταγή στο σχολείο και να φάμε όλοι μαζί. Αφού έχουμε αποφασίσει τι θα μαγειρέψουμε, ζητάμε από τους μαθητές να φέρουν τα υλικά της συνταγής την επόμενη ημέρα(αφού συνεννοηθούμε και με τους γονείς τους). Θα φτιάξουμε **μηλόπιτα**. Τα παιδιά γράφουν τη συνταγή.

5^η Δραστηριότητα: Κατασκευή ενός μάγειρα. Το κάθε παιδί, με κάρτον και μεταλλιζέ χαρτόνι, φτιάχνει το μάγειρα του.

**Εργαστήριο 4
«Το ταξίδι της τροφής»**

Το 4^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Το ταξίδι της τροφής» αποτελείται από 4 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών.

1^η Δραστηριότητα – Εισαγωγή: Η Νηπιαγωγός κάνει μια εισαγωγή για το πεπτικό σύστημα και τη σημασία της τροφής για τον οργανισμό. Χωρίς τροφή δεν αντέχει κανείς μας για πολύ καιρό. Για να κινούμαστε να μιλάμε, να αναπνέουμε, για τη λειτουργία της καρδιάς και των άλλων οργάνων του σώματός μας, χρειαζόμαστε ενέργεια, την οποία παίρνουμε από τις τροφές. Το ταξίδι της τροφής αρχίζει από το στόμα μας όταν τρώμε. Στη συνέχεια κάθε μπουκιά ακολουθεί μια διαδρομή περνώντας μέσα από διάφορα όργανα του σώματός μας. Το σύνολο των οργάνων αυτών το ονομάζουμε πεπτικό σύστημα. Δείχνουμε στον προτζέκτορα το ταξίδι της τροφής, - [παρουσίαση](#),

2^η Δραστηριότητα – Το Πεπτικό Σύστημα: Το φαγητό για το σώμα μας είναι σαν τη βενζίνη για το αυτοκίνητο. Δείχνουμε στους μαθητές το σχετικό βίντεο για τη διαδικασία της πέψης http://www.youtube.com/watch?v=33EvdPJ_whk και συζητάμε μαζί τους για τη σημασία του.

3^η Δραστηριότητα – Ζωγραφική: Αφού οι μαθητές κατανόησαν το πεπτικό σύστημα και γνώρισαν τα όργανά του και πόσο σημαντικό ρόλο παίζουν, τους ζητάμε να ζωγραφίσει ο καθένας το δικό του πεπτικό σύστημα (ζωγραφίζω το πεπτικό μου σύστημα).



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>Σε χαρτί του μέτρου, μπορούμε να κάνουμε το περίγραμμα του σώματος ενός παιδιού για να σχηματίσουμε το ταξίδι της τροφής. Στη συνέχεια ζωγραφίζουμε τα μέρη του σώματος, όπου ταξιδεύει η τροφή (στόμα, οισοφάγος, στομάχι, έντερα, κλπ.) και το αναρτούμε στην τάξη μας, ώστε να το βλέπουμε όλοι.</p> <p>4^η Δραστηριότητα: Παραμύθι «Πέντε σωματοφύλακες καλεσμένοι στο ψυγείο»</p>
<p>Εργαστήριο 5 «Μερίδες που χρειάζομαι από κάθε ομάδα τροφών καθημερινά»</p>	<p>Το 5^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Μερίδες που χρειάζομαι από κάθε ομάδα τροφών καθημερινά» αποτελείται από 3 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών.</p> <p>1^η Δραστηριότητα – Εισαγωγή: Η Νηπιαγωγός παρουσιάζει στον προτζέκτορα την Πυραμίδα της Διατροφής και Το Πιάτο Μου! και ενθαρρύνει τους μαθητές να απολαμβάνουν ποικιλία τροφίμων, για να καλύψουν τις ανάγκες τους σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά.</p> <p>2^η Δραστηριότητα – Το πιάτο μου! Έχουμε χωρίσει από πριν το πιάτο σε τέσσερα μέρη με έναν μαρκαδόρο και οι μαθητές κολλάνε από περιοδικά εικόνες φαγητών σε κάθε ομάδα. Στη συνέχεια κόβουν στρογγυλά κομμάτια από χαρτιά κανσόν για να φτιάξουν και το χώρο των γαλακτοκομικών και προσθέτουν επίσης εικόνες γαλακτοκομικών από περιοδικά. Όταν τελειώσουν, το πλαστικοποιούμε και γίνεται ένα ωραίο σουπλά για να το χρησιμοποιούν στο σπίτι τους και να θυμούνται τις ομάδες τροφών.</p> <p>3^η Δραστηριότητα – Φτιάχνω το πρωινό μου! Μοιράζουμε στους μαθητές ένα φύλλο δραστηριότητας ώστε να φτιάξουν ένα πρωινό, ένα κολατσιό, ένα μεσημεριανό και ένα βραδινό που θα προτιμούσαν.</p>
	<p>4^η Δραστηριότητα: Παιχνίδι Ας θυμηθούμε όσα μάθαμε https://wordwall.net/el/resource/24149429/%ce%b8%cf%85%ce%bc%ce%b1%ce%bc%ce%b1%ce%b9-%cf%84%ce%b9-%ce%b5%cf%87%cf%89-%ce%bc%ce%b1%ce%b8%ce%b5%ce%b9</p>
<p>Εργαστήριο 7 «Κινούμαι και μου αρέσει»</p>	<p>Το 7^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Κινούμαι και μου αρέσει» αποτελείται από 4 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών.</p> <p>1^η Δραστηριότητα – Εισαγωγή: Με βάση οπτικό υλικό, συζητάμε με τους μαθητές για την ανάγκη συνδυασμού της καλής και ισορροπημένης διατροφής με διάφορες δραστηριότητες. Τους ζητάμε να μας πουν αθλήματα και δραστηριότητες. Στη συνέχεια τους εξηγούμε ότι σημαντικές είναι και οι καθημερινές δραστηριότητες για την κίνηση του σώματος, όπως το περπάτημα, το ποδήλατο, το ανέβασμα και κατέβασμα σκαλιών, οι δουλειές του νοικοκυριού και τα ψώνια. Τους υπενθυμίζουμε την πυραμίδα της σωματικής δραστηριότητας.</p> <p>Παρουσίαση: - παρουσίαση 1, παρουσίαση 2 & παρουσίαση 3 Πυραμίδα Σωματικής Δραστηριότητας</p> <p>2^η Δραστηριότητα - Φτιάχνουμε τη δική μας πυραμίδα σωματικής δραστηριότητας: Μοιράζουμε στους μαθητές το φύλλο δραστηριότητας, ώστε να ζωγραφίσουν στο κάθε επίπεδο της πυραμίδας τις δραστηριότητες που κάνουν μέσα στην εβδομάδα.</p> <p>3^η Δραστηριότητα – Χορεύουμε; Ακούμε το τραγούδι Χόκι – Πόκι (http://www.youtube.com/watch?v=P7kyL1H_IUE) και κάνουμε ότι</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>λέει, χορεύοντας στο ρυθμό του. Εναλλακτικά, μπορούμε να κινηθούμε με όποιο τραγούδι μας αρέσει.</p> <p>4^η Δραστηριότητα – Το αγαπημένο μου άθλημα! Οι μαθητές διαλέγουν ένα άθλημα και το ζωγραφίζουν σε χαρτιά κανσόν . Αναρτούμε φωτογραφίες από τα έργα των μαθητών στην ιστοσελίδα του προγράμματος. Παίζουμε παιχνίδια με τα στεφάνια και τις κορίνες. Επίσης, μπορούμε να παίξουμε το διαδραστικό παιχνίδι: Παίζεις, τρέχεις, κινείσαι!</p>
Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών	<p>Μέσα από την αξιοποίηση του εποπτικού και ψηφιακού υλικού, τις βιωματικές δράσεις, την αφήγηση παραμυθιών και τα παιχνίδια ερωτήσεων προσπαθήσαμε να συμπεριλάβουμε όλους τους μαθητές λαμβάνοντας υπόψη μας το ρυθμό μάθησης του καθενός. Όπου κρίθηκε απαραίτητο δόθηκαν διαφορετικά φύλλα εργασίας. Καθόλη τη διάρκεια του προγράμματος η Νηπιαγωγός υποστήριξε και βοήθησε τους μαθητές, όταν χρειαζόταν.</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας	Υπήρξε συνεργασία με τους γονείς των μαθητών και με εκπαιδευτικούς που υλοποίησαν το ίδιο πρόγραμμα. www.nutritionactivityprogram.com
Τελικά προϊόντα που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων	<ul style="list-style-type: none"> - Πυραμίδα Διατροφής (ατομική και ομαδική) - Ατομικό σουπλά με γεύματα - Κατασκευή μάγειρα - Πυραμίδα γυμναστικής (ατομική και ομαδική) - Ομαδικό κολλάζ με τα ημερήσια γεύματα - Ομαδικό κολλάζ με υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές - Αντιγραφή συνταγής - Παρασκευή μηλόπιτας - Προγραμματισμός μελισσούλας σε συγκεκριμένες διαδρομές
Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλεία που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των Εργαστηρίων	<ul style="list-style-type: none"> - Εννοιολογικοί χάρτες (έναρξης και λήξης) - Πάζλ (jigsaw planet) - Βιβλίο συνταγών (φωτοτυπημένο) - Ηλεκτρονικό Βιβλίο συνταγών (story jumper) - Παιχνίδια επανάληψης (word wall, learningaps) - Τροχός τροφών (wheelofnames)
Αξιολόγηση - Αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση	Μέσα από τα ερωτηματολόγια που δόθηκαν στους γονείς στην έναρξη και στη λήξη τους προγράμματος μπορούμε να δούμε κατά πόσο βελτιώθηκαν και άλλαξαν οι διατροφικές συνήθειες των μαθητών. Με τους αρχικούς και τελικούς εννοιολογικούς χάρτες διαπιστώνουμε τι γνώριζαν τα παιδιά στην αρχή και τι έμαθαν στο τέλος του προγράμματος. Επίσης με τα κουίζ και τα επαναληπτικά παιχνίδια αντιλαμβανόμαστε τι κατανόησαν τα παιδιά και που είχαν ελλείψεις.
Εκδηλώσεις διάχυσης και Συνολική αποτίμηση της υλοποίησης της υποδράσης	Κείμενο έως 100 λέξεις (με βάση την αξιολόγηση και τον αναστοχασμό) και σε μορφή λίστας. Το πρόγραμμα της διατροφής παρουσιάστηκε από τη Νηπιαγωγό και τους μαθητές στους γονείς μέσω webex μέσα από το πρόγραμμα sway που είχε ετοιμάσει η Εκπαιδευτικός. Στο τέλος το κάθε παιδί είπε ένα ποίημα σχετικό με τη διατροφή και όλοι μαζί τραγούδησαν το τραγούδι: «Η Κυρά Διατροφή πρώτη στη Μαγειρική» Οι γονείς ενθουσιάστηκαν με όσα κάναμε και όσα γνώριζαν τα παιδιά.

