


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

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-24

	<p>Θεματικός Κύκλος: Ζω καλύτερα- Ευ ζην Επιμέρους Θεματικές Ενότητες/Υποενότητες: «ΥΓΕΙΑ: Διατροφή- Αυτομέριμα, Οδική Ασφάλεια»</p>
<p>Τίτλος προγράμματος: «Ρούλης ο Τροφούλης και η περιπέτεια του στον κόσμο της υγιεινής διατροφής»</p>	<p>Δικός μας τίτλος: «Για να έχουμε σώματα γερά , πρέπει να τρώμε υγιεινά »</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 υπεύθυνη 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 κατανοήσουν την προέλευση των τροφών, την αξία τους και τις επιδράσεις τους στην υγεία. • Να ευαισθητοποιηθούν σε ζητήματα διατροφής, όπως η μεσογειακή • Να κατατάσσουν τις τροφές σε ανθυγιεινές και μη • Να αναγνωρίζουν τη θρεπτική αξία των τροφών και τη σημασία τους στη διατροφή • Να γνωρίσουν την πυραμίδα της ισορροπημένης διατροφής • Να συνεργαστούν και να εργαστούν ομαδικά • Να εκφραστούν μέσα από τις διάφορες μορφές τέχνης • Να καλλιεργήσουν δεξιότητες παραγωγής γραπτού και προφορικού λόγου • Να αξιοποιούν τα ψηφιακά εργαλεία • Να εκφράζονται δημιουργώντας ψηφιακά κείμενα • Να αιτιολογούν τις απόψεις και τις πράξεις τους <p>Διάρκεια: 7 εβδομάδες. Περίοδος υλοποίησης: Οκτώβριος – Νοέμβριος</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Ακολουθία εργαστηρίων	
Εργαστήριο 1 «Φτιάχνουμε τους κανόνες της ομάδας»	<p>1^η Δραστηριότητα Όλοι μαζί κάθονται στο κέντρο συζήτησης και ανταλλάσσουν απόψεις για τους κανόνες της τάξης τους. Αποφασίζουν για τον ήρωα του προγράμματος τον «Ρούλη», που θα τους βοηθήσει μέσα από δραστηριότητες να κατανοήσουν πόσο σημαντική είναι η υγιεινή διατροφή για την υγεία τους</p> <p>2^η Δραστηριότητα Χωρίζονται σε ομάδες και ζωγραφίζουν του κανόνες. Μετά τους κολλάνε σε ένα μεγάλο χαρτόνι και το τοποθετούν στον τοίχο.</p> <p>3^η Δραστηριότητα Τα παιδιά ζωγραφίζουν μια χαρούμενη ή λυπημένη φατσούλα ανάλογα με το πως νιώθουν και την παρουσιάζουν στην ολομέλεια.</p>
Εργαστήριο 2 «Η προέλευση των τροφών»	<p>1^η Δραστηριότητα Παρακολούθηση βίντεο: «Η κυρά Διατροφή είναι πρώτη στη μαγειρική» https://youtu.be/ZLy1r-lqIDo</p> <p>2^η Δραστηριότητα Ο Ρούλης ζητάει από τα παιδιά να ζωγραφίσουν το αγαπημένο τους φαγητό και να το παρουσιάσουν στην τάξη. Όσοι έχουν ζωγραφίσει το ίδιο, δημιουργούν μια ομάδα. Με αυτόν τον τρόπο παρουσιάζονται και παρατηρούνται οι διατροφικές συνήθειες των παιδιών</p> <p>3^η Δραστηριότητα Δημιουργία εννοιολογικού χάρτη μέσω της εφαρμογής για τις υγιεινές και μη τροφές https://app.popplet.com/#/p/6870312</p>
Εργαστήριο 3 «Διατροφική Πυραμίδα»	<p>1^η Δραστηριότητα Μουσικοκινητικό παιχνίδι «ο Τάκης ο Ρομποτάκης»: Ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες να κινηθούν στον χώρο ακούγοντας το ντέφι ή χτυπώντας παλαμάκια. Εναλλάσσουν αργούς και γρήγορους ρυθμούς με παραγγέλματα που παραπέμπουν στην ενέργεια που έχει ο Τάκης ο Ρομποτάκης όταν έχει καύσιμο. Π.χ. «Όταν ο Τάκης πεινάει, περπατάμε αργά, είμαστε νηστικοί», «Όταν ο Τάκης τρέχει, περπατάμε γρήγορα, έχουμε φάει καλό πρωινό και ο ίδιος».</p> <p>2η Δραστηριότητα Γνωριμία με τη Διατροφική πυραμίδα. Τι πρέπει να τρώμε καθημερινά και τι πιο σπάνια. https://www.youtube.com/watch?v=BoOPz-4Sou8&ab</p> <p>3^η Δραστηριότητα Τα παιδιά ανά ομάδες φτιάχνουν τη δική τους πυραμίδα διατροφής με ζωγραφική και κολλάζ. Το κάθε παιδί φτιάχνει τη δική του πυραμίδα. Τραγούδι: «Τόσο λάθος διατροφή» link</p>
Εργαστήριο 4 «Εποχιακά φρούτα και λαχανικά»	<p>1^η Δραστηριότητα Παρατήρηση εικόνων με φρούτα και λαχανικά και διαχωρισμός αυτών που ανήκουν στην εποχή που βρισκόμαστε. Τι περιέχουν τα φρούτα και τα λαχανικά και πρέπει να εντάσσονται καθημερινά στη διατροφή μας;</p> <p>2^η Δραστηριότητα Παιχνίδι μαθηματικών με πλαστικά φρούτα και λαχανικά και φύλλο εργασίας.</p> <p>3^η Δραστηριότητα Τα παιδιά φέρνουν εικόνες με φρούτα και λαχανικά από το σπίτι τους που βρήκαν σε περιοδικά ή στο διαδίκτυο Τραγούδι: «Το χοντρό μπιζέλι»</p>
Εργαστήριο 5 «Νερό, υγιεινή διατροφή και άσκηση»	<p>1^η Δραστηριότητα Οι μαθητές ενημερώνονται από τον Ρούλη για την παιδική παχυσαρκία παρακολουθώντας το βίντεο «παιδική παχυσαρκία» https://www.youtube.com/watch?v=vca4IEE3lec&ab</p> <p>Μετά από συζήτηση, αποφασίζουν να εντάξουν τη σωματική άσκηση</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>στην καθημερινή τους δραστηριότητα. 2^η Δραστηριότητα Συζήτηση για την αξία του νερού στη διατροφή μας. https://youtu.be/vHApTRvbJCw</p> <p>3^η Δραστηριότητα Τα παιδιά φτιάχνουν παζλ στον Η/Υ στο πρόγραμμα https://www.jigsawplanet.com/ https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=0aeed1d88235 https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=2a429c82f2da</p>
<p>Εργαστήριο 6 «Γίνομαι δαιτολόγος για μια μέρα!»</p>	<p>1^η Δραστηριότητα 2^η Δραστηριότητα 3^η Δραστηριότητα</p>
<p>Εργαστήριο 7 « »</p>	<p>1^η Δραστηριότητα</p>
<p>Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών</p>	<p>Περιγραφή (π.χ. δίνονται οδηγίες για τη διαφοροποίηση, δίνεται σε πολύγλωσση μορφή, προβλέπονται κατάλληλες προσαρμογές ή κατάλληλα προσαρμοσμένες δράσεις, αναφέρονται παραδείγματα προσαρμογών)</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

<p>Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας</p>	
<p>Τελικά προϊόντα που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων</p>	
<p>Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλεία που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων</p>	
<p>Αξιολόγηση - Αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση</p>	<p>Περιγράφουμε τη μεθοδολογία με την οποία υποστηρίζει το πρόγραμμα την αξιολόγηση, με φύλλα από το προτεινόμενο υλικό, με άλλους τρόπους, δομημένη συζήτηση με τους μαθητές, εννοιολογικοί χάρτες αρχικοί -τελικοί , ...) και επισυνάπτουμε τα εργαλεία</p>
<p>Εκδηλώσεις διάχυσης και Συνολική αποτίμηση της υλοποίησης της υποδράσης</p>	<p>Κείμενο έως 100 λέξεις (με βάση την αξιολόγηση και τον αναστοχασμό) και σε μορφή λίστας.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ● ● ● ● ●

