



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2021-22

Σχολείο:

ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΠΟΛΥΚΑΡΠΗΣ

Τάξη:

Νηπιαγωγείο

Τμήμα:

Αριθμός μαθητών:

12

Συνολικός αριθμός εκπαιδευτικών που συνεργάζονται:

2

Στοιχεία εκπαιδευτικών (Όνομ/νυμο, Ειδικότητα):

**Βασικός προσανατολισμός του ετήσιου Σχεδίου Δράσης
(ανάγκες μαθητών/τριών, όραμα σχολείου)**

Με τη φετινή εφαρμογή των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων, το βασικό όραμα της Σχολικής μας Μονάδας διαμορφώνεται σύμφωνα με το θεωρητικό πλαίσιο που διατρέχει το σύνολο του συγκεκριμένου αυτού προγράμματος. οι στόχοι του σχολείου σε σχέση με τις ενδοσχολικές ανάγκες [κατά κύριο λόγο τις ανάγκες των μαθητών/τριών] θα εστιάσουν στα εξής:

στη δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης

- ✓ και γόνιμης συνεργασίας τόσο μεταξύ των νηπίων όσο και μεταξύ των εκπαιδευτικών
- ✓ στην καλλιέργεια των βασικών δεξιοτήτων του προγράμματος «Εργαστήρια Δεξιοτήτων», με απώτερο στόχο την ολιστική ανάπτυξη της προσωπικότητας των νηπίων

- ✓ στη συνειδητοποίηση της ανάγκης μετάβασης από το «εγώ» στο «εμείς» καθώς και στη συνακόλουθη κινητοποίηση των μαθητών και μαθητριών και την ανάληψη δράσης για το κοινό καλό
- ✓ στην ανάπτυξη και εδραίωση αξιών όπως η συνεργασία, ο σεβασμός στη γνώμη του άλλου, η αγάπη για τον πλησίον, η αλληλεγγύη και η αποδοχή της διαφορετικότητας.
- ✓ στην εξοικείωση των νηπίων με τις Νέες Τεχνολογίες και τα ψηφιακά εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

Β. ΥΠΟΔΕΙΓΜΑΤΑ ΣΧΕΔΙΩΝ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΑΝΑ ΘΕΜΑΤΙΚΟ ΚΥΚΛΟ

Β1. Σχέδιο Δράσης του Τμήματος - Θεματικός Κύκλος «Ζω καλύτερα-Ευ ζην»

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2021-22	
	Θεματικός Κύκλος: Ζω καλύτερα- Ευ ζην Επιμέρους Θεματικές Ενότητες/Υποενότητες: Υγεία-Διατροφή
Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων:	Ο δικός μας τίτλος: « η κυρία διατροφή στο σχολείο μας »
Στόχοι Σχεδίου Δράσης	<p>Βασικός σκοπός του θεματικού κύκλου θα είναι αρχικά η γνωριμία των πιο σημαντικών ομάδων τροφών, της έννοιας της ισορροπημένης διατροφής και της σημασίας της για τη ζωή μας, ενώ ξεχωριστή αναφορά θα γίνει στη λεγόμενη Μεσογειακή Πυραμίδα και στην εννοιολογική αποσαφήνιση της κατανομής των τροφών σε αυτή. Επιπλέον, μέσα από στοχευμένες δράσεις και υιοθετώντας σύγχρονες διδακτικές πρακτικές για την ανάπτυξη της κριτικής σκέψης, θα επιδιωχθεί η διασύνδεση των καθημερινών διατροφικών μας συνηθειών με τη τη συνολική σωματική και ψυχική μας ευεξία και πληρότητα. 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).</p> <p>Διάρκεια: 7 εβδομάδες. Περίοδος υλοποίησης: Οκτώβριος – Νοέμβριος</p>
Ακολουθία εργαστηρίων:	
Εργαστήριο 1: «Ας γνωριστούμε» (3 διδακτικές ώρες)	<p>Τα παιδιά μαζεύονται σε κύκλο και σε ένα χαρτί του μέτρου γράφουν τους κανόνες, συνάπτοντας το συμβόλαιο της τάξης.</p> <ul style="list-style-type: none">• Επιλέγουν όλοι μαζί την κυρία διατροφή», για το συγκεκριμένο πρόγραμμα. <p>Αυτή θα είναι είτε μια κούκλα-</p> <ul style="list-style-type: none">• η κυρία διατροφή μέσα από διάφορες δραστηριότητες προσπαθεί να βοηθήσει τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν τη σημαντικότητα της διατροφής στη συνολικής μας υγεία, της

	<p>επιλογής τροφίμων με υψηλή διατροφική αξία, την αποφυγή τροφίμων με χαμηλή διατροφική αξία, τη συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης και φυσικής δραστηριότητας</p> <p>Αξιολόγηση-Αναστοχασμός: Οι μαθητές καλούνται να αποτυπώσουν ζωγραφίζοντας μια χαρούμενη ή λυπημένη φατσούλα πώς τους φάνηκε το εργαστήριο και τι έμαθαν από αυτό.</p>
<p>Εργαστήριο 2 « Ξ Ηπροέλευση των τροφων» (3 διδακτικές ώρες)</p>	<p>Το 2^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} Θεματικού κύκλου έχει τίτλο «η προέλευση των τροφών». Αποτελείται από 3 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών.</p> <p>Στόχοι του εργαστηρίου είναι:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να κατανοήσουν την προέλευση των τροφών, την αξία τους και τις επιδράσεις τους στην υγεία. • να ευαισθητοποιηθεί σε ζητήματα διατροφής, όπως η μεσογειακή. • προάσπιση της σωματικής και της ψυχικής τους υγείας, καλλιεργώντας παράλληλα διατροφική συνείδηση <p>Ενδεικτικές δραστηριότητες: Η κυρία διατροφή ζητά από τα παιδιά να ζωγραφίσουν το αγαπημένο τους φαγητό και να το παρουσιάσουν στην τάξη. Όσα έχουν ζωγραφίσει το ίδιο, δημιουργούν μια ομάδα. Με αυτόν τον τρόπο παρουσιάζονται και παρατηρούνται οι διατροφικές συνήθειες των παιδιών.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Παρουσίαση του βιβλίου «Η κυρά Διατροφή • Δημιουργία εννοιολογικού χάρτη μέσω της εφαρμογής kidspiration για τις υγιεινές και μη τροφές

	<p>Αξιολόγηση-Αναστοχασμός Δημιουργία μηνυμάτων για τη Μεσογειακή και ισορροπημένη Διατροφή(ΚΟΛΑΖ</p>
<p>Εργαστήριο 3 »πυραμίδα της διατροφής (3 διδακτικές ώρες)</p>	<p>Το 3^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} Θεματικού κύκλου έχει τίτλο «πυραμίδα της διατροφής». Αποτελείται από 3 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών. Στόχοι του εργαστηρίου είναι: να κατατάσσουν τα τρόφιμα στις διάφορες ομάδες τροφίμων</p> <ul style="list-style-type: none"> • γνωριμία με την υγιεινή διατροφή και την πυραμίδα ισορροπημένης διατροφής. • εξοικείωση με τις βασικές μορφές ψηφιακής πληροφορίας (κείμενο, εικόνα, ήχος) • να αναφέρει τα κυριότερα χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής • να κατατάσσει τις τροφές σε ανθυγιεινές και μη • να αναγνωρίζει τη θρεπτική αξία των τροφών και τη σημασία τους στη διατροφή • 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. <p>Ενδεικτικές δραστηριότητες: Εκτύπωση και διαμοιρασμός παιδικής πυραμίδας της μεσογειακής διατροφής. Άσκηση με την πυραμίδα από το φωτόδεντρο</p> <p>http://photodentro.edu.gr/lor/handle/8521/3685 Συζήτηση και ανακεφαλαίωση των όσων ειπώθηκαν στο</p>

	<p>προηγούμενο εργαστήριο περί διατροφικών συνηθειών</p> <p>.</p>
<p>Εργαστήριο 4 «τα φρούτα και τα λαχανικά του φθινοπώρου» (3 διδακτικές ώρες)</p>	<p>Το 4^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} θεματικού κύκλου έχει τίτλο «τα φρούτα και τα λαχανικά του φθινοπώρου ». Αποτελείται από 3 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών. Στόχος του εργαστηρίου είναι:</p> <p>να ευαισθητοποιηθούν σχετικά με την κατανάλωση τοπικών και εποχιακών προϊόντων.</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναπτύξουν δεξιότητες χρήσης ποντικιού (ή οθόνης αφής) <p>γνωριμία με τα φρούτα που παράγονται στην Ελλάδα και στον τοπο τους κάθε εποχή</p> <p>Ενδεικτικές δραστηριότητες: Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους μαθητές σε ομάδες. Η κάθε ομάδα αναλαμβάνει να συγκεντρώσει στοιχεία από το διαδίκτυο .Βρίσκουν εικόνες για τα τρόφιμα , τις εκτυπώνουν και δημιουργούν μία αφίσα σχετικά με το είδος της κατηγορίας τους. Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία η κάθε ομάδα παρουσιάζει την εργασία της. Οι αφίσες μπορούν να φωτογραφηθούν και να αναρτηθούν στην ιστοσελίδα του σχολείου. Στο τέλος της διαδικασίας οι μαθητές χορεύουν τραγουδάκια χορούς που έχουν σχέση με τα φρούτα και τα λαχανικά.</p> <p>Αξιολόγηση-Αναστοχασμός Πότε είναι η καλύτερη εποχή για ένα φρούτο; http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/5057</p>

Εργαστήριο 5
«άσκηση και υγιεινή
διατροφή»
(3 διδακτικές ώρες)

Το 5^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} Θεματικού κύκλου έχει τίτλο άσκηση και διατροφή

Στόχος του εργαστηρίου είναι:

να κατανοήσει τη
σημαντικότητα της
διατροφής στη συνολικής
του/της υγεία

- να επιλέγει τρόφιμα με υψηλή διατροφική αξία
- να συμμετέχουν σε προγράμματα άσκησης και φυσικής δραστηριότητας
- Να συνειδητοποιήσει την αναγκαιότητα του νερού στον οργανισμό του/της.
- Να διερευνά τις εκφραστικές δυνατότητες του σώματος σε σχέση με το χώρο και τους άλλους
- να τραγουδούν τραγούδια κατάλληλα για την ηλικία του/της
- να εκφράζουν στοιχεία του ρυθμού μέσω της κίνησης.

Ενδεικτικές δραστηριότητες

. Οι μαθητές ενημερώνονται από Την κυρία διατροφή για την παιδική παχυσαρκία παρακολουθώντας το βίντεο «παιδική παχυσαρκία.wmv»

(<https://www.youtube.com/watch?v=vca4IEE3lec>)

και διαβάζουν το κείμενο που παρατίθεται στη σελίδα. Μετά από συζήτηση, αποφασίζουν να εντάξουν τη σωματική άσκηση στην καθημερινή τους δραστηριότητα. Ξεκινούν τραγουδώντας και χορεύοντας το «χοντρό πιτζέλι»

	<p>(μουσικοκινητική άσκηση) (http://www.youtube.com/watch?v=q-3ZGfjc5ZE)</p>
<p>Εργαστήριο 6 Δημιουργούμε το πιάτο της υγιεινής διατροφής» (3 διδακτικές ώρες)</p>	<p>Το 6^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} Θεματικού κύκλου έχει τίτλο Δημιουργούμε το πιάτο της υγιεινής διατροφής» στόχοι.</p> <p>Να δημιουργήσουν ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα υγιεινής διατροφής μαζί με τους γονείς τους να γεμίσουν το δικό τους υγιεινό πιάτο</p> <p>Ενδεικτικές δραστηριότητες: τα παιδιά καλούνται να επαληθεύσουν την κατάκτηση των προηγούμενων δεξιοτήτων με τη δραστηριότητα του «πιάτου της υγιεινής διατροφής», όπου θα πρέπει να βρουν τι θα πρέπει να περιέχει και σε τι ποσοστό. Με λίγα λόγια, να το «γεμίσουν» με φαγητό. Η συγκεκριμένη άσκηση μπορεί να γίνει με ζωγραφική ή με κολάζ</p>
<p>Εργαστήριο 7 «Αξιολόγηση» (3 διδακτικές ώρες)</p>	<p>Το 7^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων του 1^{ου} Θεματικού κύκλου έχει τίτλο «Αξιολόγηση». Αποτελείται από 3 δραστηριότητες με συνολική διάρκεια 3 διδακτικών ωρών. Στόχος του εργαστηρίου είναι:</p> <p>Ενδεικτικές δραστηριότητες:</p> <p>Πραγματοποιούνται διαδραστικές ασκήσεις αξιολόγησης για την αποτίμηση του προγράμματος και αυτοαξιολόγησης: Οι μαθητές κατασκευάζουν ένα πόστερ από εικόνες (κολάζ), δίνοντας μικρές συμβουλές για την καλή υγεία.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Η διάχυση των αποτελεσμάτων μπορεί να υλοποιηθεί με ένα θεατρικό δρώμενο

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 4

«τα φρούτα και τα λαχανικά του φθινοπώρου»



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 5

«άσκηση και υγιεινή διατροφή»



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 6

ΤΟ ΥΓΕΙΝΟ ΠΙΑΤΟ



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 7

ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



