Διατροφή

Ολοήμερο τμήμα

Υπ. Νηπιαγωγός

Τάκα Χριστίνα

Ένα παράξενο γράμμα…

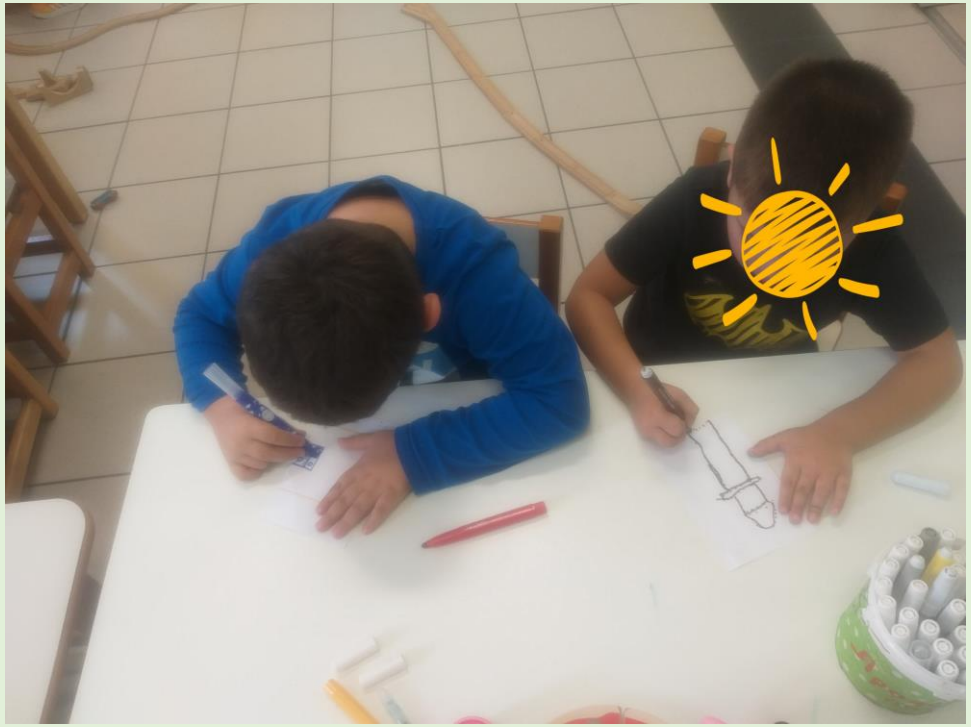
Μια μέρα διαπιστώσαμε πως στην τάξη μας κάποιος μας άφησε ένα παράξενο γράμμα … Με χαρά διαβάσαμε πως αποστολέας ήταν ο γνωστός φίλος μας, ο γίγαντας, που αντιμετώπιζε ένα σοβαρό θέμα με τη διατροφή του και ζητούσε τη βοήθεια μας.

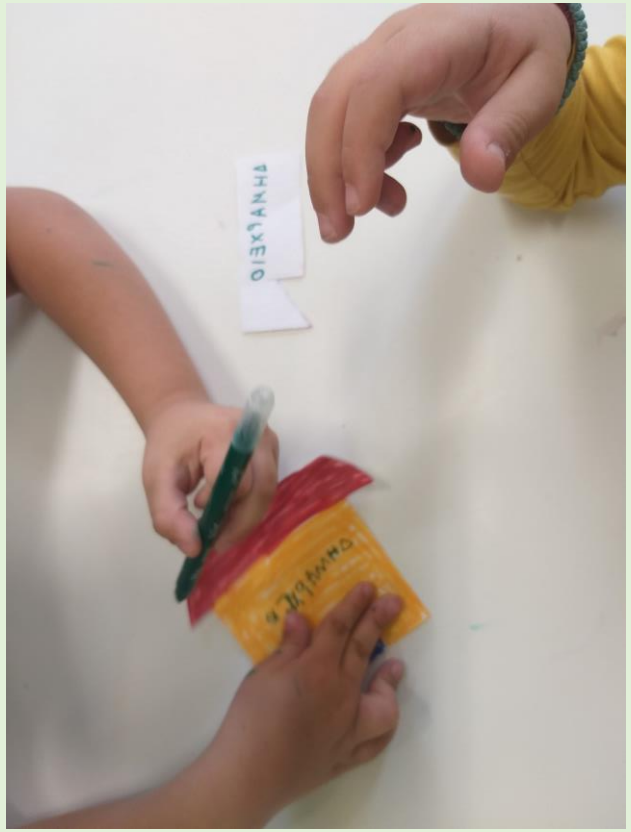
Με σκοπό να βοηθήσουμε τον γίγαντα αρχίσαμε να μιλάμε και να μελετάμε για τη διατροφή. Αρχικά τα παιδιά έκαναν τις υποθέσεις τους για το τι σημαίνει διατροφή και έπειτα αποφασίσαμε να κάνουμε μια λίστα με τα αγαπημένα μας φαγητά, φρούτα και γλυκά.

Πίνακας διπλής εισόδου

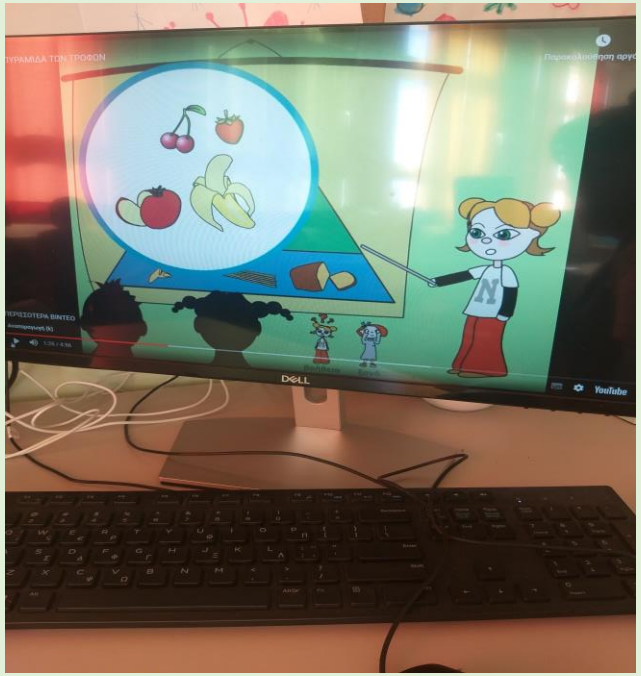
Επειδή όμως με αυτόν τον τρόπο δεν θα βοηθούσαμε τον γίγαντα να έχει ολοκληρωμένη και θρεπτική διατροφή αρχίσαμε να μελετάμε καλύτερα κάποια βιβλία και να ετοιμάζουμε εικόνες για να τις στείλουμε στο γίγαντα. Ξεκινήσαμε με ***Το Διατροφονήσι*** *της Μαίρης Σελανικλή (Διαιτολόγος - Διατροφολόγος, M.Sc. στην Κλινική Διατροφή). Αφού διαβάσαμε το βιβλίο ψάξαμε εικόνες με φαγητά και τις χωρίσαμε σε κατηγορίες.*

Έτσι ξεκινήσαμε να φτιάχνουμε το δικό μας διατροφονήσι.

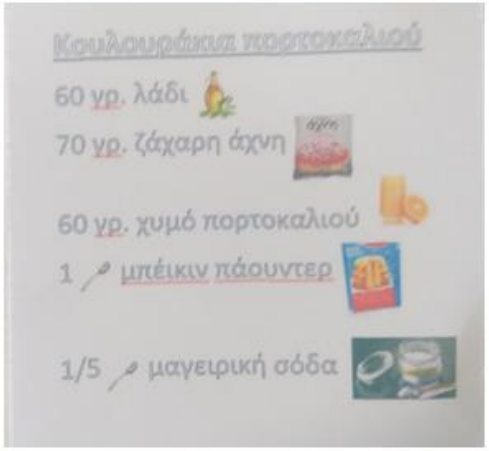




Στη συνέχεια παρακολουθήσαμε ένα εκπαιδευτικό βίντεο (https://www.youtube.com/watch?v=BoOPz-4Sou8&t=129s) για να συλλέξουμε περισσότερες πληροφορίες για τη διατροφή, μάθαμε για τη διατροφική πυραμίδα και εντοπίσαμε ομοιότητες και διαφορές με το διατροφονήσι μας. Έπειτα, παίξαμε με τα φαγητά από τη γωνιά «μαγαζάκι».



Αφού μάθαμε για τη διαδικασία παραγωγής του αλευριού και τη διατροφική του αξία, φτιάξαμε τα δικά μας κουλουράκια!!

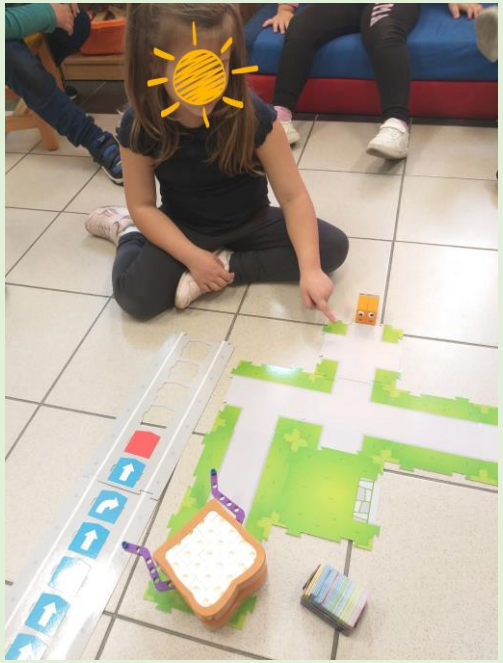


Βρήκαμε μια συνταγή με λίγη ζάχαρη

Και αφού συγκεντρώσαμε όλα τα υλικά και μια ζυγαριά, βάλαμε τα σκουφάκια μας και ξεκίνησε η δημιουργία…!!!!!!!

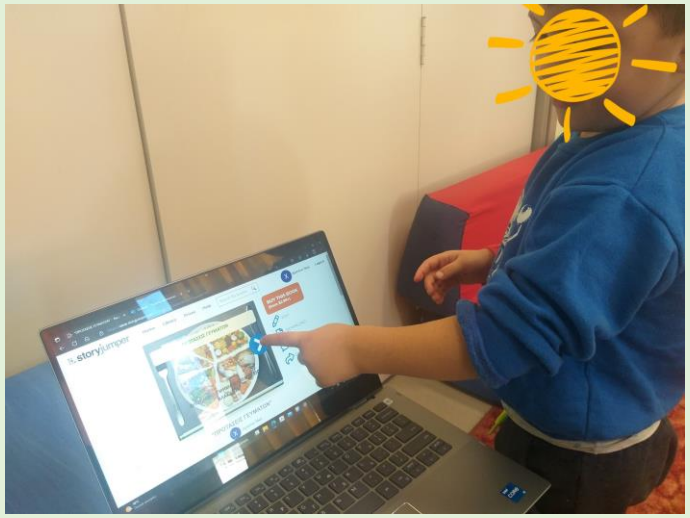
Μυρωδάτο αποτέλεσμα!!!!!!

Παιχνίδι με το Sammy !!! Το ρομπότ – τοστακι ψάχνει τους φίλους του από την ομάδα των γαλακτοκομικών



Αφού μελετήσαμε το βιβλίο «το φαγητό δεν είναι μόνο για να χορταίνουμε»(Γιωτακη - Χαρατση Ε.) αποφασήσαμε να φτίαξουμε ένα διατροφικό πρόγραμμα και να το στείλουμε στο γίγαντα.

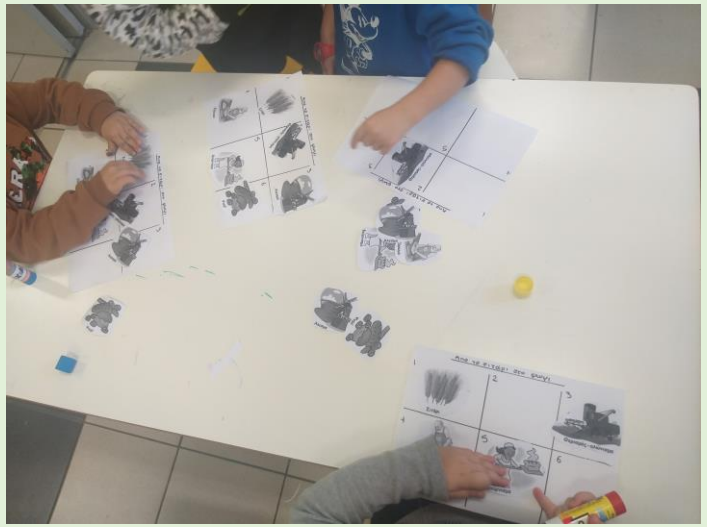
Αποφασίσαμε να φτιάξουμε ένα e-book και να το στείλουμε στο γίγαντα..



Μπορείτε να βρείτε το e-book μας εδώ:
https://www.storyjumper.com/book/read/144462491/637f2ae68d7ff εδώ:

Τα δικά μας σουπλά !!!! …με την επιλογή γεύματος κάθε παιδιού

Μάθαμε για τα γαλακτοκομικά και την προέλευση τους, όπως και τη διαδικασία παραγωγής ορισμένων δημητριακών



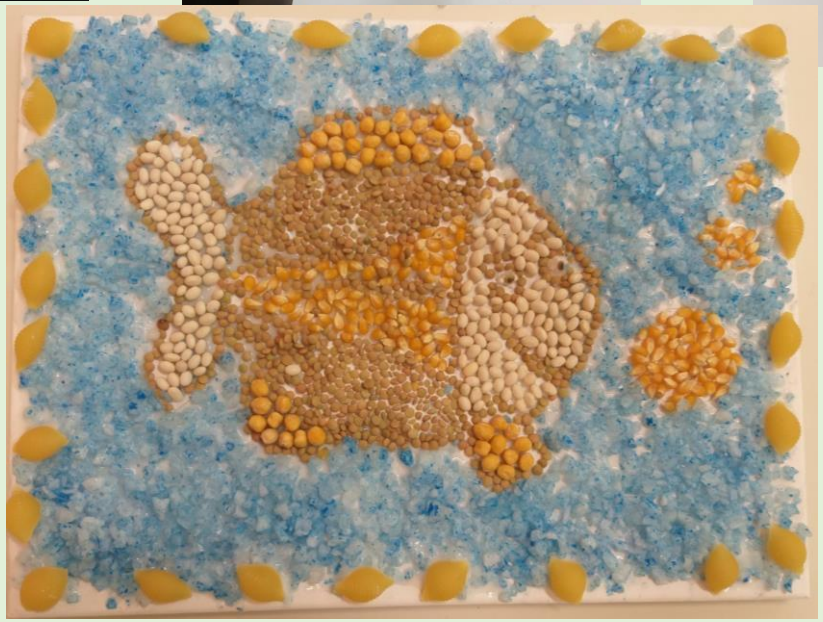
Προσπαθήσαμε να θυμηθούμε όλα όσα μάθαμε μέσα από ένα παιχνίδι ερωτήσεων…

Γνωρίσαμε τον Giuseppe Arcimboldo έναν Ιταλό ζωγράφος που ήταν περισσότερο γνωστός για τη δημιουργία φανταστικών πορτραίτων αποτελούμενων εξ ολοκλήρου από αντικείμενα όπως φρούτα, λαχανικά, λουλούδια, ψάρια και βιβλία.... Και αποφασίσαμε να ακολουθήσουμε την τεχνοτροπία του.

Τα έργα των παιδιών

Ομαδική εργασία

«Γίνομαι πορτραίτο του Τζουζέπε Αρτσιμπόλντο»

Παιχνίδι με τους πίνακες του ζωγράφου

Δημιουργία ομαδικού πίνακα με φαγητά