

ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

ΥΓΙΗΣ ΠΛΑΝΗΤΗΣ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2023-24
ΔΡΑΣΗ «ΤΑΠΕΡΙΣΤΑΣ»

ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΤΜΗΜΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ ΑΘΙΚΙΩΝ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ



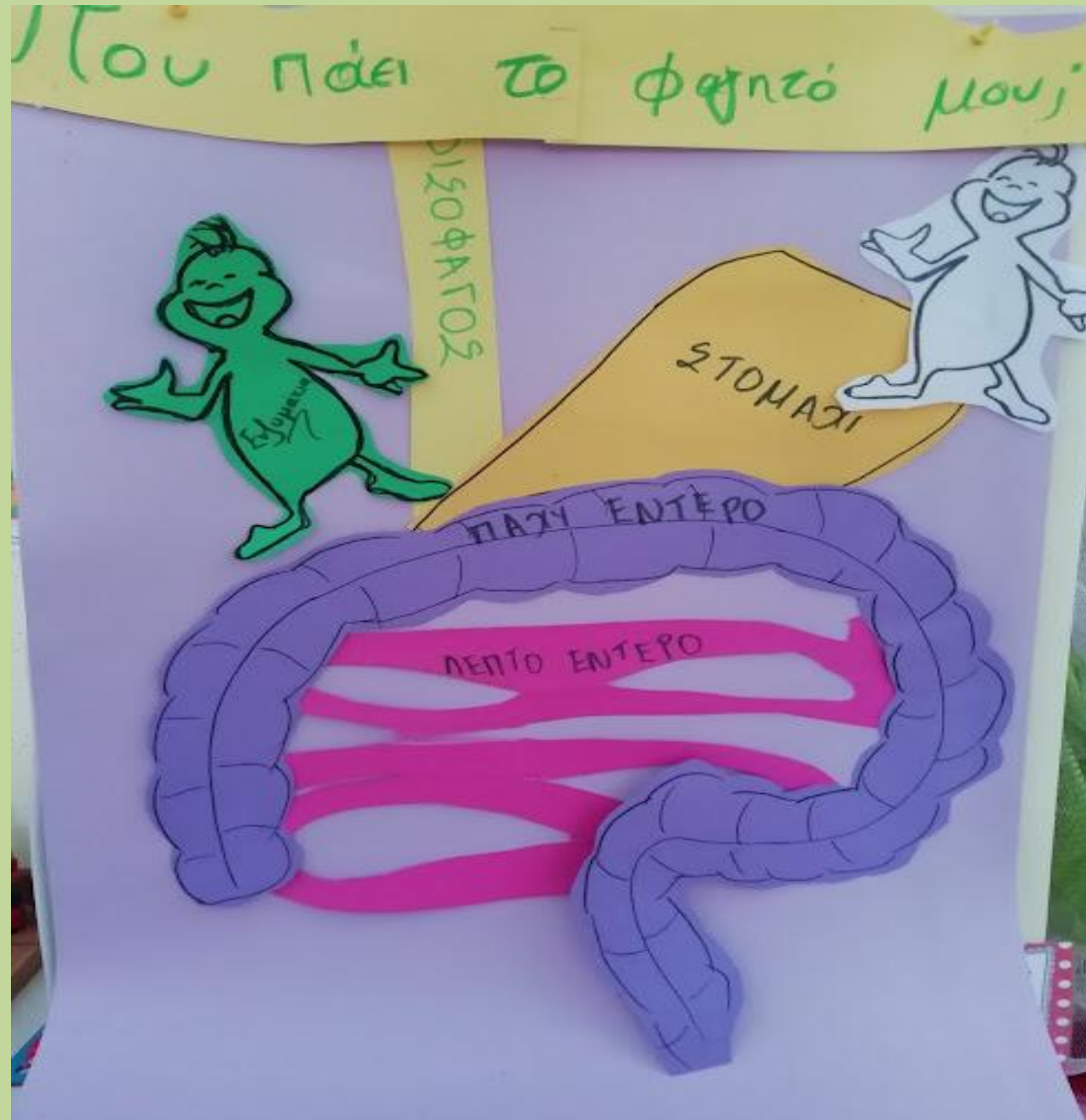
ΑΠΑΝΤΗΣΑΜΕ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ :ΠΟΥ
ΠΑΕΙ ΤΟ ΦΑΓΗΤΟ ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ
ΚΑΙ ΓΙΑΤΙ ΤΡΩΜΕ;

ΔΙΑΒΑΣΑΜΕ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ:





ΓΝΩΡΙΣΑΜΕ ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΗΣ ΤΡΟΦΗΣ ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ-ΣΕΙΡΟΘΕΤΗΣΑΜΕ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΠΕΨΗΣ.



ΧΩΡΙΣΑΜΕ ΤΙΣ ΤΡΟΦΕΣ ΣΕ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΒΑΛΑΜΕ ΣΤΑ ΣΠΙΤΑΚΙΑ ΤΟΥΣ.



ΓΝΩΡΙΣΑΜΕ ΤΙΣ ΠΟΛΥΤΙΜΕΣ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ

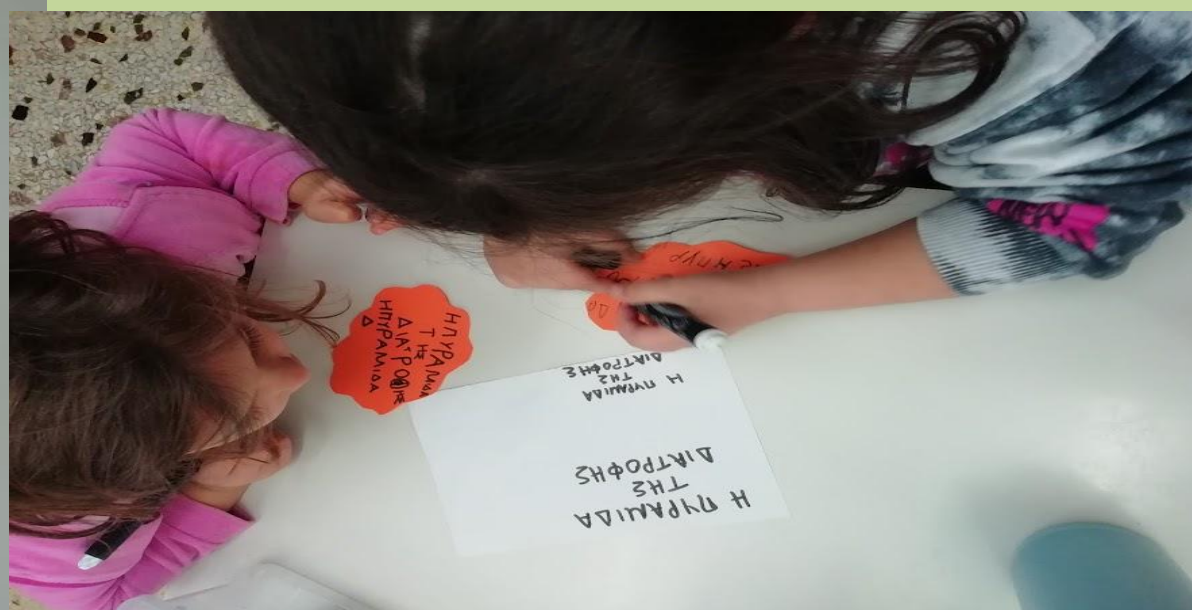


ΦΤΙΑΞΑΜΕ ΤΟ ΚΟΡΙΤΣΑΚΙ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ





ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



Η ΠΑΡΕΛΑΣΗ ΤΩΝ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ
ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΜΑΣ..



ΠΑΙΞΑΜΕ.....



ΚΑΝΑΜΕ ΤΟ ΕΞΗΣ ΠΕΙΡΑΜΑ:ΓΙΑ ΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΦΕΡΝΑΝ ΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ ΤΟΥΣ ΣΤΑ ΕΠΑΝΑΧΡΗΣΙΟΠΟΙΟΥΜΕΝΑ ΤΑΠΕΡΑΚΙΑ ΕΝΩ Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΦΕΡΝΕ ΤΟ ΦΑΓΗΤΟ ΤΗΣ ΣΕ ΠΛΑΣΤΙΚΟ ΤΑΠΕΡ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ.ΣΤΟ ΤΕΛΟΣ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΣΥΓΚΡΙΝΑΜΕ ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΝΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΤΗΣ ΝΗΠΙΑΓΩΓΟΥ. ΤΟ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ ΗΤΑΝ ΤΟ ΕΞΗΣ:ΜΟΝΟ Η ΝΗΠΙΑΓΩΓΟΣ ΑΦΗΣΕ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ.

ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΜΕ ΤΗΝ ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΓΕΥΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ-ΠΕΙΡΑΜΑ

	ΜΑΘΗΤΕΣ	ΚΥΡΙΑ ΜΑΓΔΑ	ΚΟΣΤΟΣ
ΔΕΥΤΕΡΑ 12-02-24	0	1	0,20
ΤΡΙΤΗ 13-02-24	0	1	0,20
ΤΕΤΑΡΤΗ 14-02-24	0	1	0,20
ΠΕΜΠΤΗ 15-02-24	0	1	0,20
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16-02-24	0	1	0,20
	0	5	1,00 €



Την εβδομάδα από 12 έως 16 Φεβρουαρίου 2024 πραγματοποιήθηκε η καταγραφή των συνηθειών των μαθητών που αφορούν το πρωινό και το μεσημεριανό γεύμα που τρώνε στο σχολείο .Συγκεκριμένα αν είναι σπιτικό ή το έχουν προμηθευτεί από κάποιο κατάστημα , σε τι σκεύος ή συσκευασία γίνεται η μεταφορά του , τον τύπο του γεύματος (σπιτικό , επεξεργασμένο κτλ) και τέλος το ρόφημα που συνοδεύει το γεύμα (είδος και συσκευασία). Συμπέρασμα :Στο νηπιαγωγείο οι επιλογές του δεκατιανού και του μεσημεριανού είναι υγιεινά , σπιτικά γεύματα που μεταφέρονται σχεδόν αποκλειστικά σε δοχεία πολλαπλών χρήσεων και συνοδεύονται συνήθως από νερό επίσης σε μπουκάλι πολλαπλών χρήσεων.

ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΜΕ ΤΗΝ ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΓΕΥΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ-ΠΕΙΡΑΜΑ

Μεσημεριανό γεύμα

	ΜΑΘΗΤΕΣ	ΚΥΡΙΑ ΜΑΓΔΑ	ΚΟΣΤΟΣ
ΔΕΥΤΕΡΑ 12-02-24	0	1	0,20
ΤΡΙΤΗ 13-02-24	0	1	0,20
ΤΕΤΑΡΤΗ 14-02-24	0	1	0,20
ΠΕΜΠΤΗ 15-02-24	0	1	0,20
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16-02-24	0	1	0,20
	0	5	1,00 €

ΔΙΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΣ ΠΙΝΑΚΑΣ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΓΕΥΜΑ - ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ

ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΓΕΥΜΑΤΟΣ

ΗΜΕΡΑ	ΑΠΟ ΤΟ ΣΠΙΤΙ	ΑΠΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
ΔΕΥΤΕΡΑ 12-2-24		
ΤΡΙΤΗ 13-2-24		
ΤΕΤΑΡΤΗ 14-2-24		
ΠΕΜΠΤΗ		
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		
ΣΑΒΒΑΤΟ		

ΦΤΙΑΞΑΜΕ ΤΑ ΔΙΚΑ ΜΑΣ

ΕΠΑΝΑΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕΝΑ ΤΑΠΕΡ ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ.....



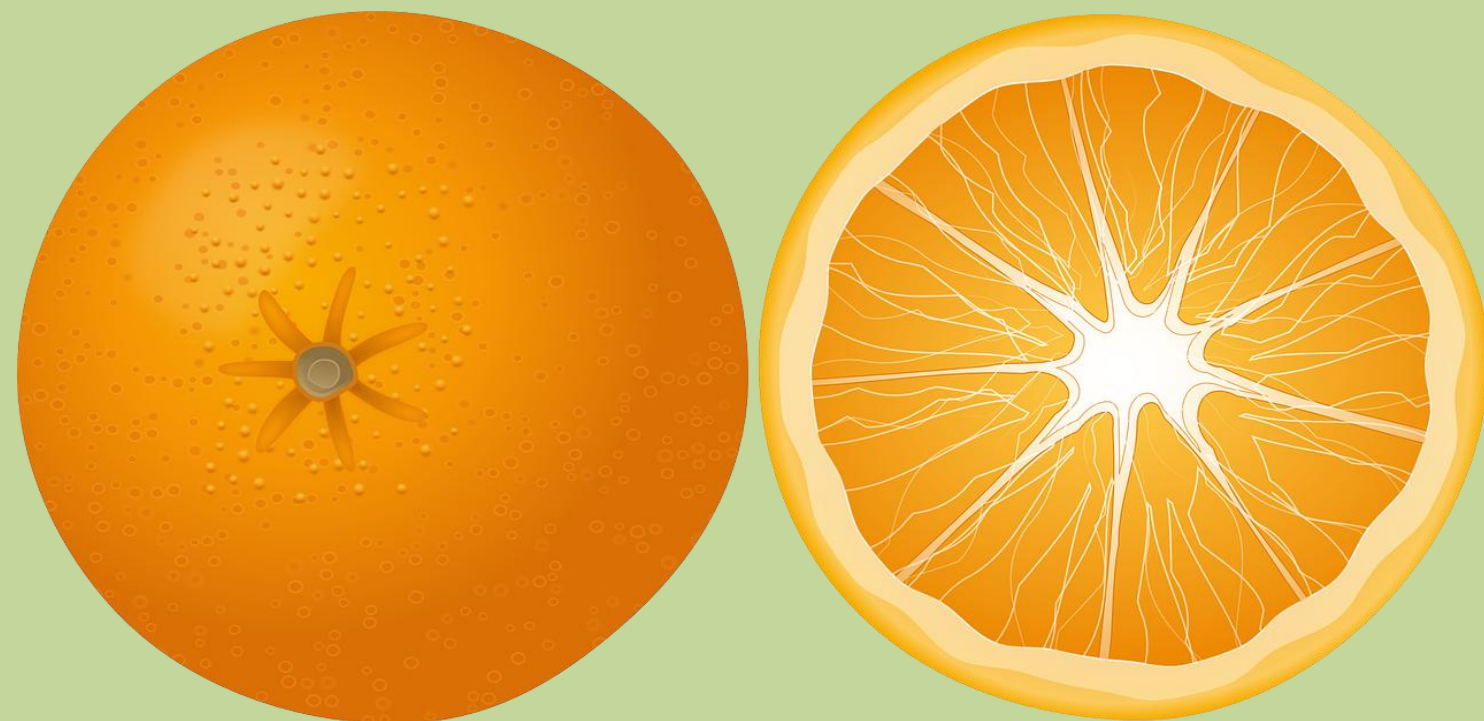


ΑΠΟΦΑΣΙΣΑΜΕ ΝΑ ΒΑΛΟΥΜΕ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΜΑΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΑ ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ.....
ΤΟ ΤΑΠΕΡ ΤΩΝ ΦΡΕΣΚΩΝ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ



ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΑΜΕ –ΣΥΖΗΤΗΣΑΜΕ ΚΑΙ ΕΝΤΟΠΙΣΑΜΕ ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΤΗΣ ΤΡΟΦΗΣ ΣΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ ΜΑΣ.

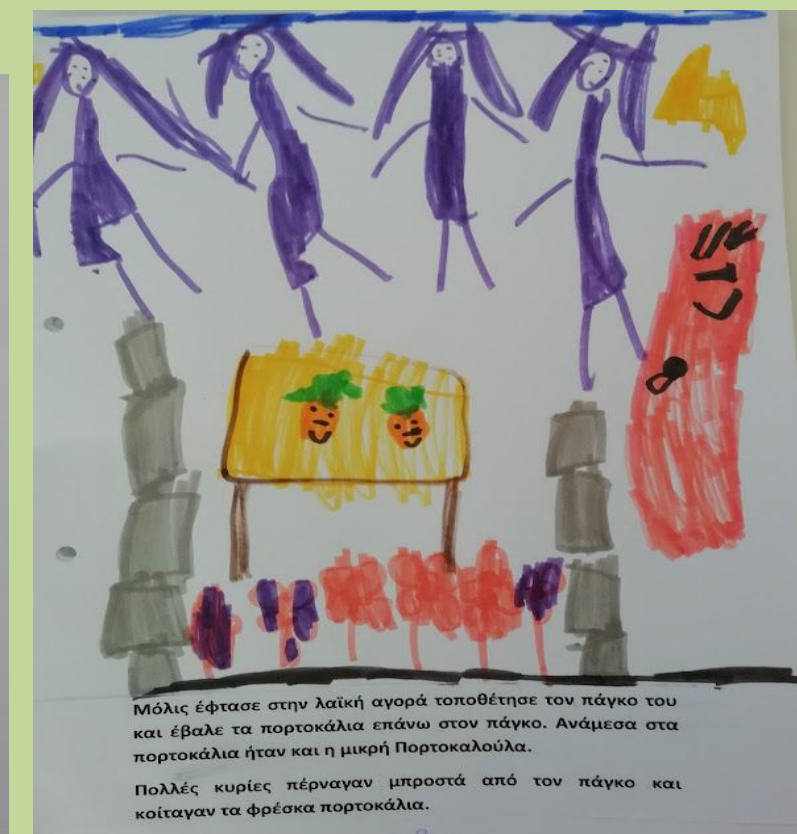
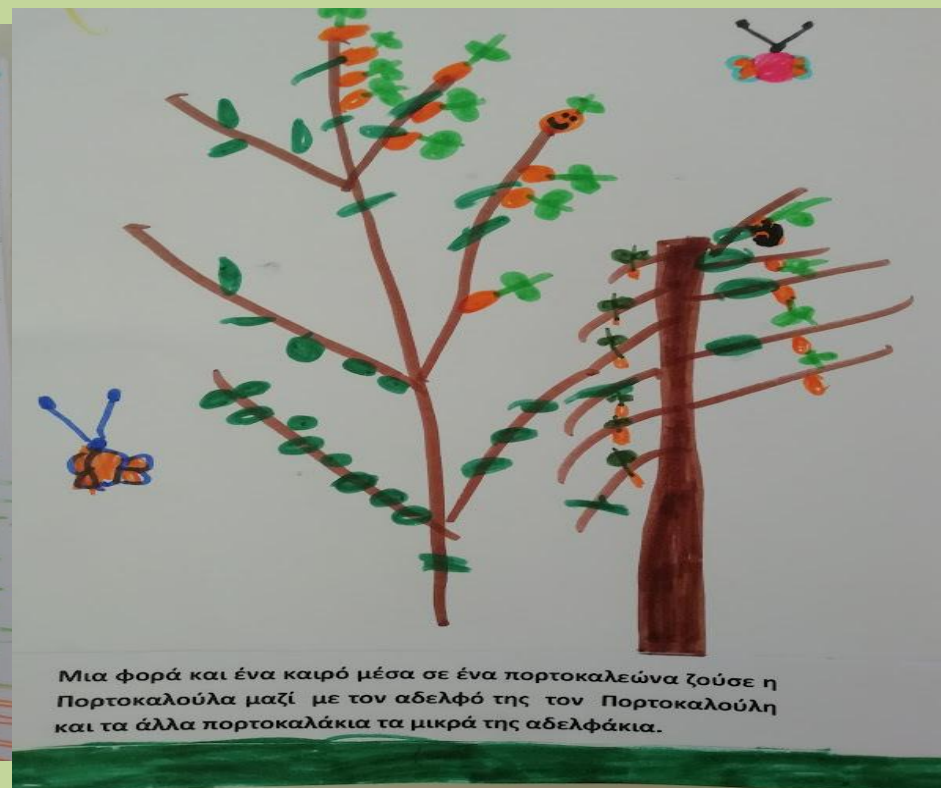
Ο ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΥΛΗΣ ΚΑΙ Η ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΥΛΑ ΜΑΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΟΥΝ ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΟΥΣ ΜΕΧΡΙ ΝΑ ΦΤΑΣΟΥΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΜΑΣ .Ο ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΥΛΗΣ ΓΙΝΕΤΑΙ ΧΥΜΟΣ ΣΕ ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ ΚΑΙ Η ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΥΛΑ ΤΑΞΙΔΕΥΕΙ ΣΤΗ ΛΑΙΚΗ ΑΓΟΡΑ ΤΗΣ ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ ΜΑΣ.ΚΑΤΑΓΡΑΦΟΥΜΕ ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΟΥΣ ΜΕ ΕΙΚΟΝΕΣ ΚΑΙ ΕΝΤΟΠΙΖΟΥΜΕ ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΜΕ ΜΑΥΡΟ ΧΑΡΤΙ ΠΑΝΩ ΣΤΙΣ ΕΙΚΟΝΕΣ.ΤΑ ΝΗΠΙΑ ΑΝΤΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΎΤΙ ΟΣΟ ΠΕΡΙΣΣΟΤΡΟ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΔΕΧΕΤΑΙ ΈΝΑ ΠΡΟΙΟΝ ΤΟΣΟ ΑΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΣΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ ΜΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΛΕΣ ΦΟΡΕΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΜΑΣ.





ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΓΡΑΦΗΣ «Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΥΛΑΣ»

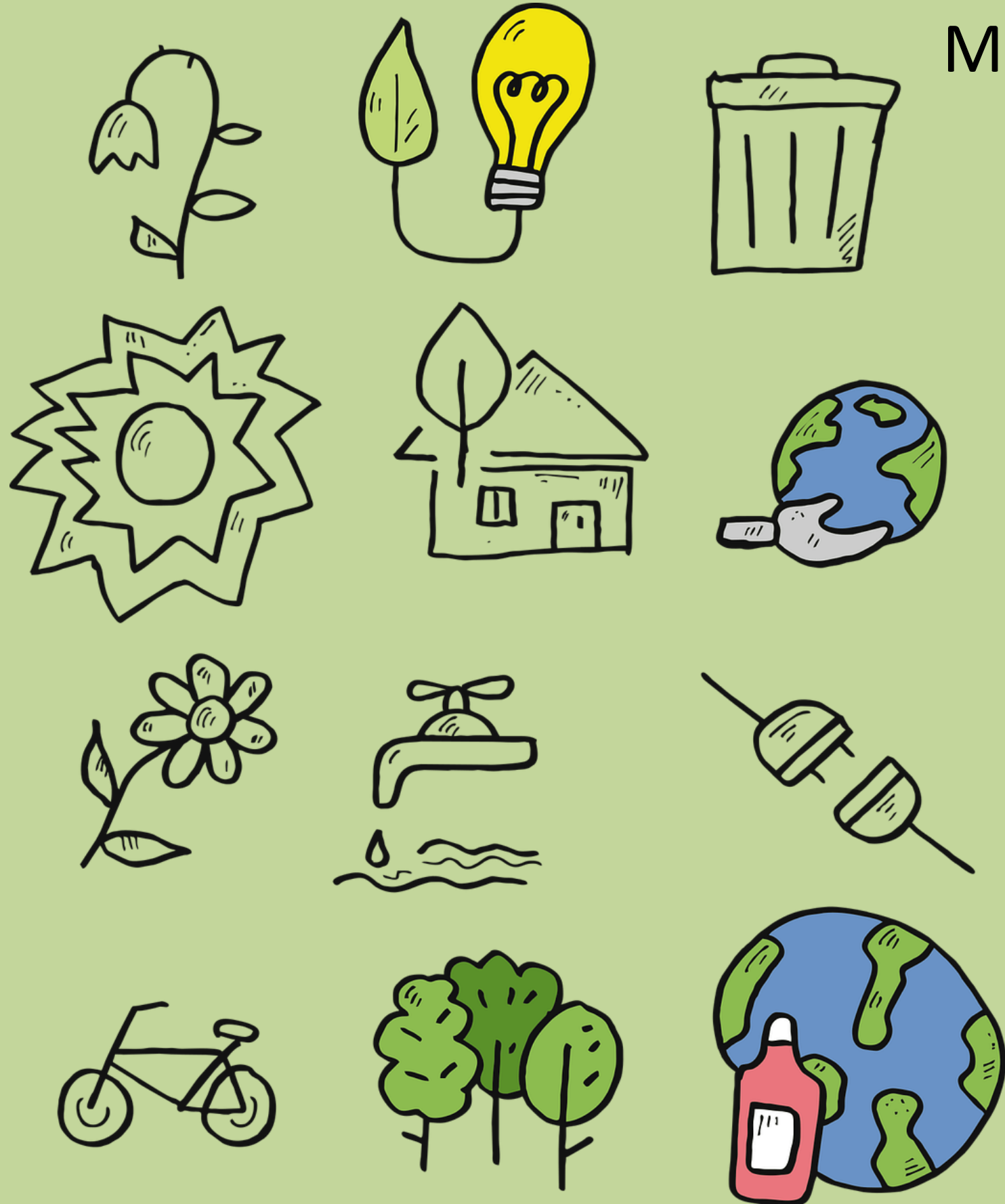
Η ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΥΛΑ ΕΓΙΝΕ ΒΙΒΛΙΟ



ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΑΜΕ ΈΝΑ ΠΛΑΝΗΤΗ ΟΠΟΥ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΑΔΙΑΦΟΡΟΥΝ ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΥ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑΤΟΣ ΣΕ ΑΥΤΟΝ...



ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΑΜΕ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ ΜΑΣ ΧΩΡΙΣ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ
ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ.ΥΠΟΣΧΕΘΗΚΑΜΕ ΟΛΟΙ ΟΤΙ ΘΑ ΦΡΟΝΤΙΖΟΥΜΕ ΤΟ ΜΕΓΑΛΟ
ΜΑΣ ΣΠΙΤΙ!!!!



ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗ: ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΑΜΕ
ΠΙΝΑΚΕΣ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ ΜΕ ΘΕΜΑ ΤΗΝ
ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΙΣ ΜΗ
ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΜΕΝΕΣ ΤΡΟΦΕΣ.



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ ΜΙΚΡΩΝ ΖΩΓΡΑΦΩΝ: ΟΙ ΔΙΚΟΙ ΜΑΣ ΠΙΝΑΚΕΣ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ





ΦΡΕΣΚΑ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ



ΤΑ ΕΞΩΦΥΛΑ ΤΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ ΠΟΥ
ΔΙΑΒΑΣΑΜΕ ΕΓΙΝΑΝ ΦΥΛΛΑ ΓΙΑ ΝΑ ΠΑΡΕΙ
ΑΝΑΣΑ ΤΟ ΕΠΙΤΟΙΧΙΟ ΔΕΝΤΡΟ ΤΗΣ
ΒΙΒΛΙΟΑΓΑΠΗΣ



ΤΕΛΟΣ

