

ΤΑΠΕΡΙΣΤΑΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

1^η δράση:

Συλλέγουμε από το σπίτι και μαθαίνουμε πληροφορίες για τα φρούτα του φθινοπώρου ,τα επεξεργαζόμαστε, μαθαίνουμε για τις ευεργετικές τους ιδιότητες στον οργανισμό μας και φτιάχνουμε τη δική μας σπιτική μαρμελάδα με τα φθινοπωρινά φρούτα, με αυτόν τον τρόπο κατανοούμε οτι μπορούμε και εμείς οι ίδιοι να δημιουργήσουμε χειροποίητες νοστιμιές ,υγιεινές και χωρίς συντηρητικά



2^η δράση:

Μέσα απο την αφήγηση του παραμυθιού «Η κυρά Διατροφή, πρώτη στη μαγειρική» ζητήσαμε απο τα παιδιά να μας αναφέρουν τις διατροφικές τους συνήθειες. Τις καταγράψαμε σε ένα χαρτί ο καθένας ξεχωριστά και έπειτα τις ταξινομήσαμε σε υγιεινές και μη τροφές. Με την τεχνική κολάζ δημιουργήσαμε εικαστικό ομαδοποιώντας τις τροφές



3^η δράση:

Γνωρίσαμε την τροφική πυραμίδα και τις τροφές με τα καλά και τα κακά λιπαρά οξέα. Παίξαμε παιχνίδι αισθήσεων με τις δυο αυτές κατηγορίες τροφών ώστε να μάθουμε να τις ξεχωρίζουμε.



4^η δράση:

Εστίασαμε στο σώμα μας. Μαθαίνουμε για την ανατομία του ανθρώπινου σώματος, τα μέλη που αποτελείται, όλα αυτά που έχει ανάγκη ο οργανισμός μας για να είναι υγιής(αναφορά στην κατανάλωση νερού, την άσκηση και τον ύπνο). Παίξαμε κινητικά παιχνίδια που ενεργοποιούν το σώμα μας.



5^η δράση:

Στα πλαίσια της Παγκόσμιας ημέρας διατροφής, τραγουδήσαμε τα τραγούδια απο το παμαρύθι «Η Κυρά – Διατροφή, πρώτη στη μαγειρική» της κας Λητώ Τσακίρη – Παπαθανασίου, όπου η Κυρά Διατροφή μας μαθαίνει σωστές διατροφικές συνήθειες και εμείς δημιουργούμε υπέροχα pancakes μπανάνας Ακολουθώντας τις συμβουλές της.





6^η δράση:

Αναφερθήκαμε στη λέξη ΕΥΕΞΙΑ και δημιουργούμε εικονόλεξο με σχετικές λέξεις. Αναλύσαμε την ερμηνεία της, παίξαμε επιτραπέζια παιχνίδια που τονίζουν τις γνωστικές ικανότητες της μνήμης, της ηρεμίας και της συγκέντρωσης (π.χ παζλ κ.α).

