

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ: ‘ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΛΛΑ... ΠΟΙΑ ΑΠΟ ΑΥΤΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΑ;;;’

Στο πλαίσιο του προγράμματος Αγωγής Υγείας ασχοληθήκαμε με τις διατροφικές ομάδες, τη διάκριση βλαβερών και υγιεινών τροφών αλλά και με την προετοιμασία υγιεινών γευμάτων από τους ίδιους τους μαθητές μας στο χώρο του σχολείου.

Στο πρόγραμμα συμμετείχαν οι μαθητές: Άγγελος Π., Δημοσθένης Π., Θεόδωρος Γ., Νικόλαος-Νεκτάριος Τ., Ευάγγελος Π., Γεωργία Μ., Χριστόφορος Π.. Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε από τις εκπαιδευτικούς Παυλίδου Μαρία, Πολυζοπούλου Παναγιώτα και Ίτσκου Μαρία ως Ειδικό Βοηθητικό Προσωπικό.

Το πρόγραμμα είχε διάρκεια 6 μηνών, ενώ οι συναντήσεις γίνονταν κάθε Τρίτη και Τετάρτη για δύο (2) διδακτικές ώρες.

Ενδεικτικά παρουσιάζονται φωτογραφίες από την υλοποίηση των δράσεων και των επισκέψεων μας.

Υπογράψαμε το συμβόλαιο της ομάδας.



Παίξαμε με ξύλινα φρούτα και λαχανικά.



Ζωγραφίσαμε διάφορα τρόφιμα και τα χωρίσαμε σε υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές.



Φτιάξαμε αφίσες με τις ομάδες τροφίμων.



Βάψαμε χριστουγεννιάτικα στολίδια από αλατοζύμη.



Πλάσαμε μπισκότα από αγνά υλικά.



Ετοιμάσαμε βάφλες.



Μαγειρέψαμε ζυμαρικά και τραχανά.



Ζυμώσαμε μόνοι μας πίτσα με αγνά υλικά.



Επισκεφθήκαμε το Σουπερ Μάρκετ και το φούρνο της γειτονιάς για να προμηθευτούμε υλικά.



Ετοιμάσαμε καλοκαιρινή κατασκευή με τις ομάδες τροφίμων ως αξιολόγηση των γνώσεων που αποκόμισαν οι μαθητές.

