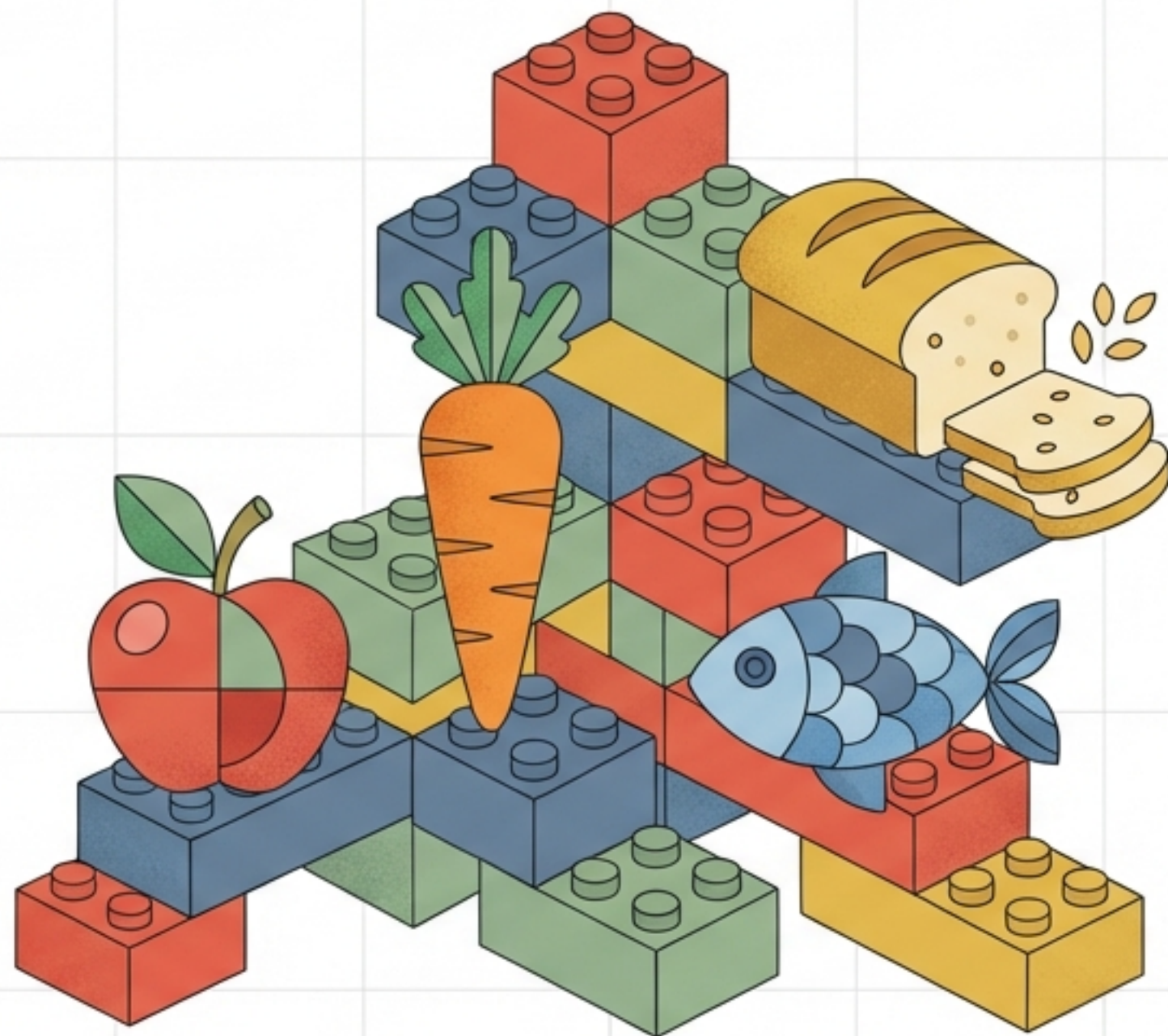


**«Με την μνήμη μου θα παίξω, τα τουβλάκια θα μαζέψω...
και αν γνωρίζω τις τροφές θα κερδίσω δυο φορές!»**



Δημιουργός: Σπυριδούλα Παλαντζά
Θεματική Έννοια: Υγεία

Ταυτότητα του Σεναρίου



Τάξη

Γ' Δημοτικού



Διάρκεια

2 Διδακτικές Ώρες (45' + 45')



Θεματικό Πεδίο

Γνωστικό (2)



Πλαίσιο

Συνδυασμός Φυσικής Αγωγής
& Διατροφικής Αγωγής

Το Επιστημονικό Σκεπτικό

Το σενάριο στοχεύει στην ολιστική ανάπτυξη του παιδιού, διασυνδέοντας τις θεωρητικές γνώσεις με τις κινητικές δεξιότητες.

- **Εργαλείο:** Η Πυραμίδα Διατροφής χρησιμοποιείται ως βασικό μέσο οπτικής αναπαράστασης.
- **Μέθοδος:** Ενεργητική μάθηση μέσω της αλληλεπίδρασης και της ενεργού συμμετοχής.
- **Καινοτομία:** Χρήση τεχνολογίας για οπτικοποίηση εννοιών.



Γενικός Σκοπός

«Οι μαθητές να γνωρίσουν τη σημασία της σωστής διατροφής και τον ρόλο της στην υγεία.»



Επιδιωκόμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα



Γνωστικοί Στόχοι

- Αναγνώριση της Πυραμίδας της Διατροφής.
- Κατονομασία βασικών ομάδων τροφίμων (υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λίπη, φρούτα, λαχανικά).
- Διάκριση υγιεινών και ανθυγιεινών τροφών.



Κινητικοί Στόχοι

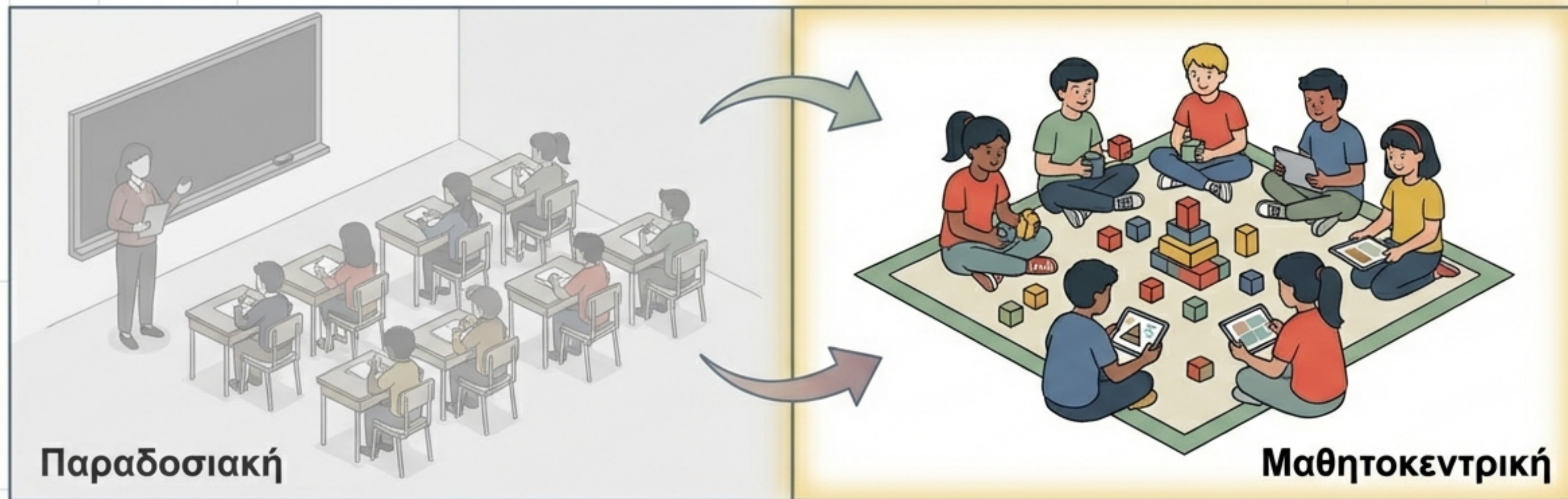
- Εφαρμογή απλών κινητικών δραστηριοτήτων.



Κοινωνικο-συναισθηματικοί Στόχοι

- Συνεργασία με την ομάδα.
- Ψυχαγωγία και δημιουργικότητα.

Διδακτική Προσέγγιση



Μαθητοκεντρική Προσέγγιση

Οι μαθητές εργάζονται ατομικά και ομαδικά.



Βιωματική Μάθηση

Προσέγγιση της γνώσης μέσα από παιχνίδια και ομαδικές ασκήσεις.



Ροή

Η 1η ώρα εστιάζει στο γνωστικό μέρος (Πυραμίδα) και η 2η ώρα μετατρέπει τη γνώση σε δράση (Κίνηση).

Η Προστιθέμενη Αξία των Τ.Π.Ε.



Μέσα & Υλικά

Εξοπλισμός & Έντυπα



- Διαδραστική Οθόνη ή Πίνακας



- Φύλλο Εργασίας 1 (Διαγνωστική Αξιολόγηση)



- Φύλλο Εργασίας 2 (Ζωγραφική)

Ψηφιακό Υλικό



- Βίντεο/Παρουσίαση PowerPoint (Πυραμίδα Διατροφής)



- Διαδραστικά κουίζ (Genially, Wordwall, LearningApps)



- Βίντεο YouTube

Η Ροή της 1ης Διδακτικής Ώρας

Έναρξη –
Διάγνωση

10'

Διδασκαλία –
Παρουσίαση

20'

Εμπέδωση –
Παιχνίδι

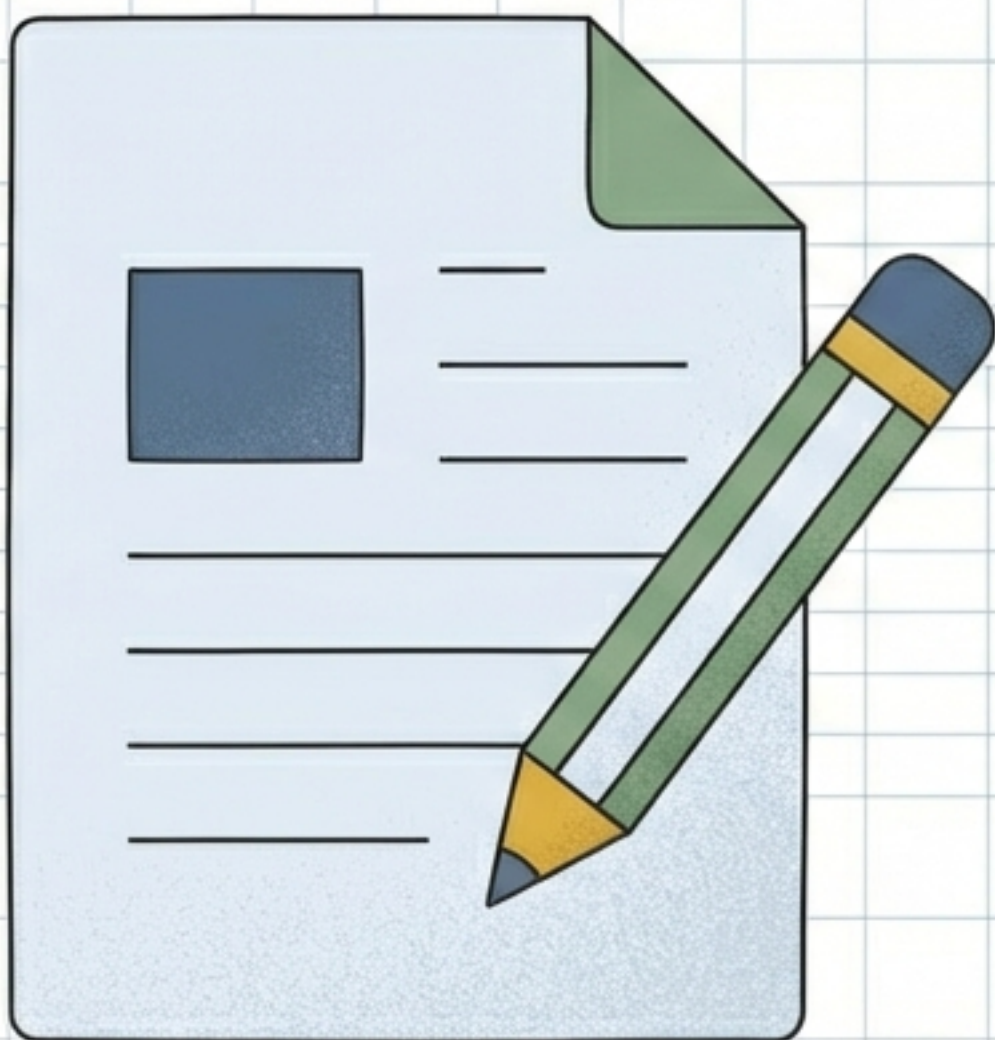
10'

Αποφόρτιση

5'

Φάση Α: Έναρξη & Διάγνωση (10')

Ενεργοποίηση του ενδιαφέροντος



Συζήτηση:

- Διερεύνηση των διατροφικών συνηθειών των μαθητών.

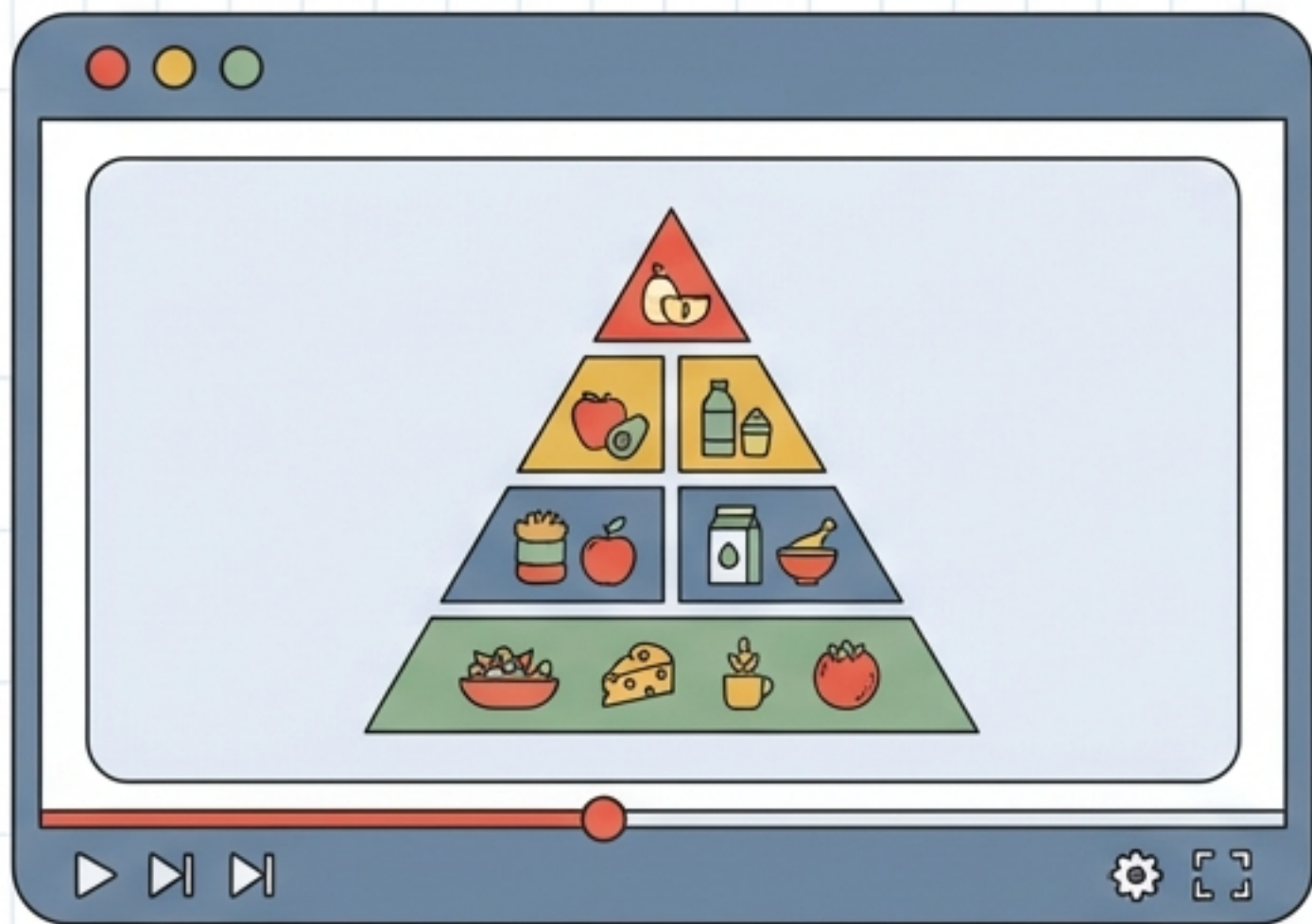


Δραστηριότητα:

- Διανομή του Φύλλου Εργασίας 1.

Φάση Β: Διδασκαλία & Παρουσίαση (20')

Ενεργοποίηση του ενδιαφέροντος



Δράσεις:

- **Προβολή:** Παρουσίαση της Πυραμίδας Διατροφής μέσω βίντεο ή PowerPoint.
- **Ανάλυση:** Συζήτηση για τις ομάδες τροφών και τη σημασία της καθεμιάς (Ειδικός Στόχος 1 & 2).

Περιλαμβάνει υλικό από YouTube και e-Eme (Διαδραστικό Βίντεο).

Φάση Γ: Εμπέδωση με Ψηφιακά Παιχνίδια (10')

Μαθαίνουμε παίζοντας



Genially: «Απάντησε πριν καεί το φαγητό»
(Quiz)



LearningApps:
Διαδραστική άσκηση
κατηγοριοποίησης



Wordwall: Παιχνίδι
εμπέδωσης
λέξεων/εννοιών

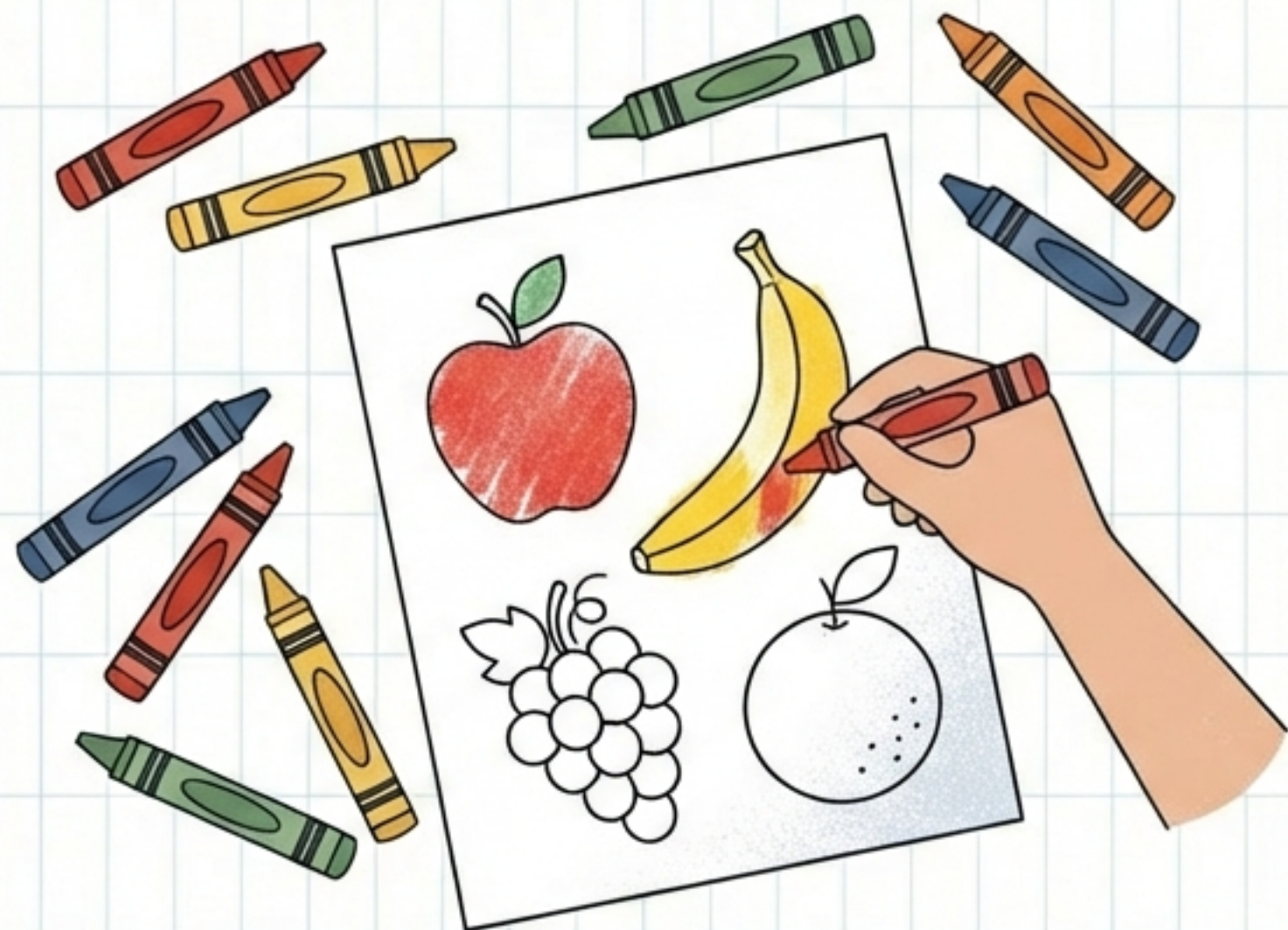
Φάση Δ: Αποφόρτιση & Δημιουργία (5')

Δραστηριότητα:

- Συμπλήρωση του Φύλλου Εργασίας 2.
- Τα παιδιά χρωματίζουν τα τρόφιμα ακολουθώντας οδηγίες.

Στόχος:

- Συνδυασμός καλλιτεχνικής έκφρασης με την αναγνώριση των τροφών (Ειδικός Στόχος 3).



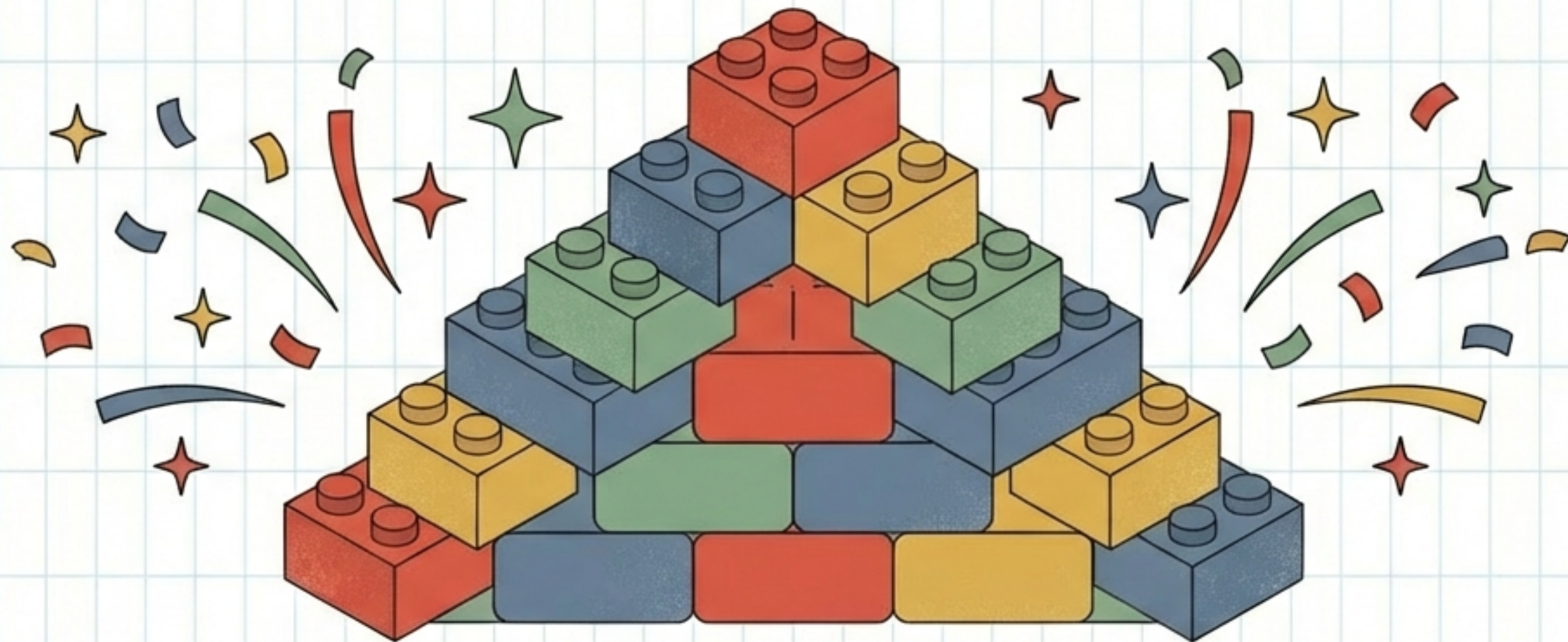
Η Γέφυρα προς τη 2^η Ώρα: Από τη Γνώση στην Κίνηση

Η επόμενη διδακτική ώρα μεταφέρει τη θεωρία στο γυμναστήριο.

- Τα παιδιά ενισχύουν τη σύνδεση της σωστής διατροφής με τη φυσική κατάσταση.
- Ανάπτυξη συνεργατικότητας και υπευθυνότητας μέσω ομαδικών παιχνιδιών.



Υγιή Παιδιά, Χαρούμενο Σχολείο



**«Η υγεία χτίζεται τουβλάκι-τουβλάκι,
με γνώση και κίνηση.»**

Σχεδιασμός Σεναρίου: Σπυριδούλα Παλαντζά
Βασισμένο σε υλικό από: e-Eme, Photodentro, YouTube.