



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

*Πρόγραμμα Καλλιέργειας Δεξιοτήτων  
Πράξη: «Επιμόρφωση των εκπαιδευτικών στις δεξιότητες  
μέσω εργαστηρίων» (MIS 5092064)*



ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΟΥ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ «ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ 2014-2020» που συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και  
την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

# ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥ ΖΗΝ

## 1. Υγεία

*«τρέφομαι σωστά, μεγαλώνω καλά»*





## Φιλοσοφία –Σκοπιμότητα προγράμματος

Βασικός σκοπός του συγκεκριμένου προγράμματος είναι η εκπαίδευση των παιδιών του Νηπιαγωγείου αλλά και των πρώτων τάξεων Α΄ και Β΄ Δημοτικού στην υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή. Η επίτευξη πραγματοποιείται μέσα από μια σειρά εργαστηρίων βιωματικής και ανακαλυπτικής μάθησης, σε συνδυασμό με τη χρήση και αξιοποίηση των ψηφιακών εργαλείων. Πιο συγκεκριμένα, το παρόν πρόγραμμα αποσκοπεί στην προαγωγή της διατροφικής αξίας των προϊόντων που καταναλώνουμε (εποχιακά φρούτα και λαχανικά, τυποποιημένα προϊόντα κλπ.) καθώς και χρήσιμες συμβουλές για την υιοθέτηση ενός νέου διατροφικού προφίλ.

Επιπρόσθετα, το πρόγραμμα υπάγεται στην θεματική ενότητα «Υγεία» στον κύκλο του «Ευ Ζην» και χαρακτηρίζεται από την καθοδηγούμενη-συνεργατική και ανακαλυπτική μάθηση, μέσω της οποίας προωθούνται κυρίως οι ψηφιακές δεξιότητες αλλά και οι δεξιότητες μάθησης (4Cs)- η επικοινωνία, η κριτική σκέψη, η συνεργασία, η δημιουργικότητα- ενώ όσον αφορά τις ψηφιακές δεξιότητες, η ψηφιακή επικοινωνία, ψηφιακή συνεργασία, ψηφιακή δημιουργικότητα, ψηφιακή κριτική σκέψη, Συνδυαστικές δεξιότητες ψηφιακής τεχνολογίας, επικοινωνίας και συνεργασίας η ψηφιακή νοημοσύνη, δεξιότητες ανάλυσης και παραγωγής περιεχομένου σε έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα. Ενεργοποιούνται επίσης, από τις δεξιότητες ζωής Αυτομέριμνα, Κοινωνικές δεξιότητες, Ενσυναίσθηση και Ευαισθησία, Προσαρμοστικότητα, Υπευθυνότητα και τις δεξιότητες του νου, η πλάγια σκέψη, οι ρουτίνες σκέψης, τα παιχνίδια και ο αναστοχασμός. Όσον αφορά τις διδακτικές μεθοδολογίες στις δραστηριότητες των επτά εργαστηρίων υιοθετούνται η καθοδηγούμενη-συνεργατική και ανακαλυπτική μάθηση, η μέθοδος project και η βιωματική μάθηση μέσα από παιγνιώδεις δραστηριότητες με στόχο την επικοινωνία, τον αλληλοσεβασμό, τη συνεργασία και την ενσυναίσθηση. Ως προς τη χρήση των νέων τεχνολογιών, οι μαθητές, εμπλέκονται σε νέες διαδικασίες μάθησης χρησιμοποιώντας τις ΤΠΕ και τα ψηφιακά εργαλεία, αναπτύσσοντας θετική στάση απέναντι στους Η/Υ ως περιβάλλον εργασίας, ως εργαλείο ανακάλυψης και δημιουργικής έκφρασης, αλλά και ως νοητικό εργαλείο ανάπτυξης της σκέψης, αξιοποιώντας διδακτικά το διαδίκτυο και τις πολυμεσικές εφαρμογές του.



### **Πληροφορίες υλοποίησης: προαπαιτούμενες γνώσεις, προετοιμασία υλικού**

Τα προαπαιτούμενα υλικά που προτείνονται για την υλοποίηση των εργαστηρίων είναι χαρτιά, μαρκαδόροι, χαρτοταινία, ψαλίδια, κόλλες, σελίδες περιοδικών, φελλοπίνακας, χαρτάκια post it, μια κούκλα-χαρακτήρα, το βιβλίο «Η κυρα-Διατροφή πρώτη στη μαγειρική» της Λητώς Τσακίρη-Παπαθανασίου, χαρτί του μέτρου. Όσον αφορά το ψηφιακό κομμάτι, ο/η νηπιαγωγός δύναται να χρησιμοποιήσει τουλάχιστον έναν Η/Υ και έναν βιντεοπροβολέα. Στο δημοτικό, η υλοποίηση μπορεί να πραγματοποιηθεί και εκτός τάξης, στο εργαστήριο υπολογιστών έχοντας πρόσβαση στο διαδίκτυο, βιντεοπροβολέα και θρανία για την εργασία σε ομάδες. Ο εκτυπωτής χρειάζεται σε κάθε περίπτωση. Όσον αφορά τις προαπαιτούμενες γνώσεις οι μαθητές λόγω ηλικίας δεν απαιτείται να γνωρίζουν τις λειτουργίες ενός υπολογιστή, καθώς οι εργασίες είναι σχετικά απλές. Άλλωστε οι προαπαιτούμενες γνώσεις διδάσκονται σύμφωνα με τον εξορθολογισμό της ύλης στο μάθημα των ΤΠΕ στις αντίστοιχες τάξεις.



**Περιγραφή επτά Εργαστηρίων: Στοχοθεσία των εργαστηρίων, προτεινόμενες δράσεις και υλικό αφόρμησης, επέκτασης, γενίκευσης.**

**ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ**

<b>ΣΧΟΛΕΙΟ</b>	Νηπιαγωγείο Τραγανού	<b>ΤΜΗΜΑ 1<sup>ο</sup> &amp; 2<sup>ο</sup></b>	<b>ΣΧΟΛ. ΕΤΟΣ:2022-23</b>
<b>Θεματική</b>	1. Ζω καλύτερα – Ευ Ζην	<b>Υποθεματική</b>	<b>ΥΓΕΙΑ:διατροφή- αυτομέριμνα, οδική ασφάλεια</b>
<b>ΒΑΘΜΙΔΑ/ΤΑΞΕΙΣ</b>	Νηπιαγωγείο		
<b>Τίτλος</b>	τρέφομαι σωστά, μεγαλώνω καλά		

**Δεξιότητες στόχευσης του εργαστηρίου**

**A) Δεξιότητες 21ου αιώνα (4cs)**

Δημιουργικότητα, Επικοινωνία, Κριτική σκέψη, Συνεργασία Ψηφιακή επικοινωνία, Ψηφιακή συνεργασία, Ψηφιακή δημιουργικότητα, Ψηφιακή κριτική σκέψη, Συνδυαστικές δεξιότητες ψηφιακής τεχνολογίας, επικοινωνίας και συνεργασίας)

**B) Δεξιότητες Ζωής**

Αυτομέριμνα, Κοινωνικές δεξιότητες, Ενσυναίσθηση και Ευαισθησία, Προσαρμοστικότητα, Υπευθυνότητα


**Γ) Δεξιότητες της τεχνολογίας, της μηχανικής και της επιστήμης**

Πληροφορικός γραμματισμός, Ψηφιακός γραμματισμός, Δεξιότητες δημιουργίας και διαμοιρασμού ψηφιακών δημιουργημάτων, Δεξιότητες ανάλυσης και παραγωγής περιεχομένου σε έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα, Δεξιότητες διεπιστημονικής και διαθεματικής χρήσης των νέων τεχνολογιών)


**Δ) Δεξιότητες του νου**

Οργανωσιακή σκέψη, Μελέτη περιπτώσεων και Επίλυση προβλημάτων, Κατασκευές, παιχνίδια, εφαρμογές, Ρουτίνες σκέψης και αναστοχασμός



Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	Εργαστήριο/τίτλος	Δραστηριότητες – (ενδεικτικές)
<p>Ο μαθητής/ρια καθίσταται ικανός/ή:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• να αναπτύσσει την αυτοπειθαρχία, τη θέλησης της υπευθυνότητας, τη συνεργασίας και τη ομαδικότητας.</li> <li>• να αναπτύξει δεξιότητες συνεργασίας και αλληλοβοήθειας και επικοινωνίας</li> <li>• να καλλιεργήσει την κριτική του/της σκέψη,</li> <li>• να ενσωματώσει τη σωματική δραστηριότητα στην καθημερινότητά του/της για τη διατήρηση της καλής υγείας</li> </ul>	<p><b>Θυμόμαστε το συμβόλαιο τάξης-εισαγωγή στη διατροφή</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Τα παιδιά μαζεύονται σε κύκλο και επιλέγουν όλοι μαζί την «Ρουλίτσα», για το συγκεκριμένο πρόγραμμα. Αυτή θα είναι μια κούκλα-χαρακτήρας. Η Ρουλίτσα μέσα από διάφορες δραστηριότητες προσπαθεί να βοηθήσει τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν τη σημαντικότητα της διατροφής στη συνολικής μας υγεία, της επιλογής τροφίμων με υψηλή διατροφική αξία, την αποφυγή τροφίμων με χαμηλή διατροφική αξία, τη συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης και φυσικής δραστηριότητας.</li> <li>• Δημιουργία εννοιολογικού χάρτη μέσω της εφαρμογής kidspiration για το ποιο είναι το αγαπημένο τους φαγητό.</li> <li>• Παρουσίαση του βίντεο – παραμυθιού «Υγεινούπολη – Ανθυγεινούπολη» το οποίο λειτουργεί ως προοργανωτής ώστε να εμπλέξει τους μαθητές άμεσα στο περιεχόμενο του προγράμματος.</li> <li>• Ζωγραφίζουν κάτι από το παραμύθι</li> <li>• Healthy/unhealthy food</li> </ul>



<p>Ο μαθητής/ρια καθίσταται ικανός/ή:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• να κατανοήσει την προέλευση των τροφών, την αξία τους και τις επιδράσεις τους στην υγεία.</li> <li>• να ευαισθητοποιηθεί σε ζητήματα διατροφής, όπως η μεσογειακή προάσπιση της σωματικής και της ψυχικής τους υγείας, καλλιεργώντας παράλληλα διατροφική συνείδηση</li> </ul>	<p><b>Από πού προέρχεται το αγαπημένο μου φαγητό;  (Προέλευση των τροφών-ομάδες τροφών)</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Κατηγοριοποίηση των τροφών με βάση την προέλευσή τους, αλλά και με βάση τα θρεπτικά συστατικά τους.</li> <li>• Συμμετοχή στην διαδικτυακή επιμορφωτική δράση του ΚΠΕ Ιεράπετρας-Νεάπολης με τίτλο «μαγειρεύοντας τη διατροφή μου»</li> <li>• Φύλλα εργασίας και ομαδοποιήσεις των τροφών.</li> <li>• Ψηφιακά παιχνίδια.</li> <li>• Ζητάμε από τους γονείς να φέρουν εικόνες τροφίμων από περιοδικά ή φυλλάδια.</li> </ul>
---	---	--





Ο μαθητής/ρια καθίσταται ικανός/ή:

- να κατατάσσει τα τρόφιμα στις διάφορες ομάδες τροφίμων
- γνωριμία με την υγιεινή διατροφή και την πυραμίδα ισορροπημένης διατροφής.
- εξοικείωση με τις βασικές μορφές ψηφιακής πληροφορίας (κείμενο, εικόνα, ήχος)
- να αναφέρει τα κυριότερα χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής
- να κατατάσσει τις τροφές σε ανθυγιεινές και μη
- να αναγνωρίζει τη θρεπτική αξία των τροφών και τη σημασία τους στη διατροφή
- να διηγούνται εμπειρίες.
- να συμμετέχουν σε συζητήσεις και να χρησιμοποιούν στρατηγικές για να δηλώσουν τη συμφωνία ή τη διαφωνία τους με το συνομιλητή τους.
- Να εμπλουτίζουν τον προφορικό τους λόγο με νέες λέξεις.
- Να αντιλαμβάνονται τη μεταφορική χρήση του λόγου

**Διατροφική  
 πυραμίδα -ομάδες  
 τροφίμων**



- Συζήτηση και ανακεφαλαίωση των όσων ειπώθηκαν στο προηγούμενο εργαστήριο περί διατροφικών συνηθειών κλπ. Φτιάχνουμε ομαδικά με τις εικόνες που φέρνουν τα παιδιά την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής.

- Μουσικοκινητικό παιχνίδι «ο Τάκης ο Ρομποτάκης»: Ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/ις μαθητές/τριες να κινηθούν στον χώρο ακούγοντας το ντέφι ή χτυπώντας παλαμάκια.

Εναλλάσσουν αργούς και γρήγορους ρυθμούς με παραγγέλματα που παραπέμπουν στην ενέργεια

που έχει ο Τάκης ο Ρομποτάκης όταν έχει καύσιμο. Π.χ. «Όταν ο Τάκης πεινάει, περπατάμε αργά, είμαστε νηστικοί», «Όταν ο Τάκης τρέχει, περπατάμε γρήγορα, έχουμε φάει καλό πρωινό και ο ίδιος».

- Άσκηση εμπέδωσης: φτιάχνω τη δική μου διατροφική πυραμίδα <http://photodentro.edu.gr/lor/handle/8521/3685> και την εκτυπώνουμε.

- Κατασκευή πυραμίδας σε φύλλο εργασίας





Ο μαθητής/ρια καθίσταται ικανός/ή:

- να ευαισθητοποιηθεί σχετικά με την κατανάλωση τοπικών και εποχιακών προϊόντων.
- να αναπτύσσει δεξιότητες χρήσης ποντικιού (ή οθόνης αφής)
- να αναπτύσσει δεξιότητα επεξεργασίας κειμένου
- να εκφράζεται δημιουργώντας ψηφιακά κείμενα
- γνωριμία με τα φρούτα που παράγονται στην Ελλάδα κάθε εποχή
- να συμμετέχει σε ομαδικές δραστηριότητες και λήψη συλλογικών αποφάσεων.

### Εποχιακά φρούτα και λαχανικά



- Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους μαθητές σε ομάδες. Η κάθε ομάδα αναλαμβάνει να φτιάξει το πιάτο της εποχής με βάση τις εικόνες φρούτων και λαχανικών που βρίσκουν από το διαδίκτυο. Τις εκτυπώνουν και δημιουργούν το αντίστοιχο πιάτο. Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία η κάθε ομάδα παρουσιάζει την εργασία της. Τα πιάτα θα φωτογραφηθούν και θα αναρτηθούν στην ιστοσελίδα του σχολείου.
- Παρατηρούν – σχολιάζουν τους πίνακες «4 εποχές» του Giuseppe Arcimboldo – εποχικότητα φρούτων και λαχανικών
- Φτιάχνουν το δικό τους πορτρέτο επιλέγοντας φρούτα και λαχανικά
- Φύλλο εργασίας: δέντρα με φρούτα εποχών
- Οι μαθητές χορεύουν παραδοσιακούς χορούς που έχουν σχέση με τα φρούτα και τα λαχανικά.



Ο μαθητής/ρια καθίσταται ικανός/ή:

- να κατανοήσει τη σημαντικότητα της διατροφής στη συνολική του/της υγεία
- να επιλέγει τρόφιμα με υψηλή διατροφική αξία
- να συμμετέχει σε προγράμματα άσκησης και φυσικής δραστηριότητας
- Να συνειδητοποιήσει την αναγκαιότητα του νερού στον οργανισμό του/της.
- Να διερευνά τις εκφραστικές δυνατότητες του σώματος σε σχέση με το χώρο και τους άλλους
- να τραγουδά τραγούδια κατάλληλα για την ηλικία του/της
- να εκφράζει στοιχεία του ρυθμού μέσω της κίνησης.

**Νερό, υγιεινή διατροφή και άσκηση: Το τρίπτυχο της επιτυχίας!**



- Οι μαθητές μετά από συζήτηση, αποφασίζουν να εντάξουν τη σωματική άσκηση στην καθημερινή τους δραστηριότητα. Ξεκινούν τραγουδώντας και χορεύοντας το «χοντρό μπιζέλι» (μουσικοκινητική άσκηση)

<http://www.youtube.com/watch?v=q-3ZGfjc5ZE>

- Ασκήσεις γυμναστικής
- Γίνεται αναφορά και στην αξία του νερού. Ενυδατώνουμε πάντα τον οργανισμό μας.

<https://youtu.be/vHApTRvBJCw>

- Διαδραστικά παιχνίδια  
<http://aesop.iep.edu.gr/node/14205/3620/#question1412>.

- Ρομποτική



Ο μαθητής/ρια καθίσταται ικανός/ή:

- Να συντάσσει ένα ισορροπημένο διαιτολόγιο
- Να αξιολογεί ένα διαιτολόγιο ως προς τα βασικά χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής
- Να δημιουργήσει ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα υγιεινής διατροφής
- Να αναπτύσσει δεξιότητες ώστε να κατατάσσει, να επεξεργάζεται και να αξιολογεί τις πληροφορίες και να συνειδητοποιεί τους κινδύνους που απειλούν την υγεία του/της.
- να θέτει συμβουλές για την καλή υγεία
- να μεταβάλει σταδιακά τις διατροφικές του/της συνήθειες.
- να αξιοποιεί τα ψηφιακά εργαλεία

**Γίνομαι  
 διαιτολόγος για  
 μια μέρα!-  
 Αξιολόγηση**



- Τα παιδιά καλούνται να επαληθεύσουν την κατάκτηση των προηγούμενων δεξιοτήτων με τη δραστηριότητα του «πιάτου της υγιεινής διατροφής», όπου θα πρέπει μαζί με τους γονείς τους στο σπίτι να βρουν τι θα πρέπει να περιέχει και σε τι ποσοστό. Με λίγα λόγια, να το «γεμίσουν» με φαγητό. Η συγκεκριμένη άσκηση μπορεί να γίνει με ζωγραφική ή με κολάζ. Έτσι, διαπιστώνουμε αν τα παιδιά έχουν τροποποιήσει τις επιλογές τους σχετικά με τη διατροφή.
- Συμπληρώνουν στο σπίτι με τους γονείς τους την Ακροστιχίδα της διατροφής (με γρίφους)
- Δημιουργία νέου εννοιολογικού χάρτη.
- Κατασκευή διαφημιστικής αφίσσας με σλόγκαν. Ανάρτηση στην ιστοσελίδα του σχολείου
- Σύνδεση και επικοινωνία με Ν/Γ Χαβαρίου και Ν/Γ Καλυβίων.



**Κλείδα αξιολόγησης μαθητή/ τριας**

ΔΕΙΚΤΕΣ	1 Αρχό- μενη	2 Αναπτυσ- σόμενη	3 Ικανο- ποιητική	4 Εξαιρε- τική
<b>ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ</b>				
Αναγνωρίζει τα βασικά συστατικά των τροφών (πρωτεΐνες, κλπ)				
Διακρίνει τις υγιεινές από τις ανθυγιεινές τροφές				
Κατανοεί την αξία της μεσογειακής διατροφής				
<b>Δεξιότητες Επικοινωνίας</b>				
Μπορεί να εκφράζει τις σκέψεις του/της για ένα πρόβλημα				
<b>Δεξιότητες ακρόασης και παρατήρησης</b>				
Ακούει προσεκτικά τους άλλους				
Εκφράζει απόψεις, ανταλλάσσει πληροφορίες				
<b>Δεξιότητες Δημιουργικότητας</b>				
Πειραματίζεται με τη δημιουργία μιας νέας ιδέας δίνοντάς της νέα μορφή				
Νιώθει άνετα σε μη οικείες καταστάσεις				
<b>Δεξιότητες Κριτικής Σκέψης</b>				
Οικοδομεί συλλογισμούς μέσα από προσεκτική παρατήρηση				
Ακολουθεί συγκεκριμένα βήματα επίλυσης προβλήματος				
Ζητά διευκρινίσεις από τρίτους σχετικά με καινούργιες πληροφορίες, όποτε χρειάζεται				
Επιχειρηματολογεί για την επιλογή μιας λύσης				
<b>Δεξιότητες Επίλυσης Συγκρούσεων</b>				
Μπορεί να βρίσκει εναλλακτικές λύσεις για την επίλυση των συγκρούσεων				
<b>ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ</b>				
<b>Σεβασμός</b>				
Δίνει χώρο στους άλλους για να εκφράζονται				
<b>Υπευθυνότητα</b>				
Δείχνει ότι αποδέχεται την ευθύνη για τις πράξεις του/της				
Υποβάλλει εγκαίρως τη δουλειά που του/της έχει ανατεθεί				




<b>Πολιτειότητα</b>				
Εκφράζει προθυμία να συνεργαστεί και να δουλέψει με άλλους				
<b>Δεξιότητες Ενσυναίσθησης και ευαισθησίας</b>				
Αναγνωρίζει, εκφράζει και διαχειρίζεται συναισθήματα				
Λαμβάνει υπόψη τα συναισθήματα των άλλων				
Μπορεί να αναγνωρίζει πότε ένας σύντροφος χρειάζεται τη βοήθειά του/της				
<b>Δεξιότητες Προσαρμοστικότητας</b>				
Προσαρμόζεται σε νέες καταστάσεις επιστρατεύοντας μια καινούργια δεξιότητα				
<b>Ανθεκτικότητα</b>				
Αντεπεξέρχεται καλά σε απρόβλεπτες καταστάσεις				
<b>ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ</b>				
<b>Δεξιότητες αναλυτικής σκέψης και κριτικής σκέψης</b>				
Ακολουθεί ρουτίνες σκέψεις και αναστοχάζεται				
Μπορεί να αναγνωρίζει τις ομοιότητες και τις διαφορές ανάμεσα στις καινούργιες πληροφορίες και σε όσα είναι ήδη γνωστά				
Δείχνει ότι σκέφτεται κατά πόσον οι πληροφορίες που χρησιμοποιεί είναι σωστές				
<b>ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ</b>				
Χειρίζεται το ποντίκι				
Ψάχνει για απλά δεδομένα				

	<b>1<sup>ο</sup> επίπεδο εκδήλωσης δεξιότητας</b>	<b>2<sup>ο</sup> επίπεδο εκδήλωσης δεξιότητας</b>	<b>3<sup>ο</sup> επίπεδο εκδήλωσης δεξιότητας</b>	<b>4<sup>ο</sup> επίπεδο εκδήλωσης δεξιότητας</b>
<b>Διαβαθμίσεις</b>	<b>Αρχόμενη</b>	<b>Αναπτυσσόμενη</b>	<b>Ικανοποιητική</b>	<b>Εξαιρετική</b>
<b>Παρατηρούμενες ίξεις ως προς τη ότητα. Ο/Η μαθητής/τρια ...</b>	Ανταποκρίνεται ως προς τη δεξιότητα σε επιδείξεις, υποδείξεις, δραστηριότητες καθοδήγησης	Καταβάλει προσπάθεια, συμμετέχει ενεργά, δοκιμάζει/πειραματίζεται, δεν εγκαταλείπει, ζητά υποστήριξη κατά την εμπλοκή του/της στη δραστηριότητα	Αναλαμβάνει πρωτοβουλίες και προωθεί συνεργατικές στρατηγικές κατά την εμπλοκή του/της στη δραστηριότητα	Εκδηλώνει αυθεντική διάθεση για γενίκευση, μεταφέρει την εκδηλούμενη δεξιότητα σε άλλες δραστηριότητες, συμμετέχει ολόπλευρα στη δραστηριότητα



**Φύλλο περιγραφικής αξιολόγησης**

	ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
	ΘΕΜΑΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ: <b>Ζω καλύτερα – Ευ ζην Υγεία</b>
	ΤΙΤΛΟΣ <b>Τρέφομαι σωστά, μεγαλώνω καλά</b>

	Σχόλια μαθητή/τριας
Τι καινούριο έμαθα...	
Μου άρεσε περισσότερο ...	
Δεν μου άρεσε ...	
Κατάφερα να ...	
Δυσκολεύτηκα όταν...	
Θα ήθελα ακόμα να ...	
Με την ομάδα μου ...	





## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το πρόγραμμα ξεκίνησε με την παρουσία της κούκλας PERSONA η οποία βοήθησε τα παιδιά να κατανοήσουν την σημασία της διατροφής στην ανάπτυξή τους, την επιλογή υγιεινών τροφών και την σημασία της άσκησης στην ζωή τους, με πιο παιχνιώδη τρόπο και κάνοντας πιο ελκυστικές τις δραστηριότητες του προγράμματος.

Τα παιδιά δυσκολεύτηκαν στο 2<sup>ο</sup> εργαστήρι να κατανοήσουν την προέλευση των τροφών και χρειάστηκε να επιμείνουμε σε αυτό.

Οι γονείς ενεπλάκησαν στις δραστηριότητες και βοήθησαν στις εργασίες που είχαν τα παιδιά στο σπίτι (ακροστιχίδα, το πιάτο της υγιεινής διατροφής...), αλλά και έφεραν υλικό στο σχολείο (βιβλία, εποπτικό υλικό..).

Τα παιδιά ενθουσιάστηκαν με τα κινητικά παιχνίδια, τα τραγούδια και τους παραδοσιακούς χορούς.

Τα παιχνίδια στον Η/Υ δεν δυσκόλεψαν καθόλου όσα παιδιά είχαν ήδη εξασκηθεί την προηγούμενη χρονιά. Και τα καινούρια παιδιά όμως δεν δυσκολεύτηκαν ιδιαίτερα στον χειρισμό του ποντικιού. Ομοίως, και η ρομποτική.

Συγκρίνοντας τα δυο ιδεογραφήματα για τα <<αγαπημένα φαγητά>> αντιλαμβανόμαστε ότι τα παιδιά κατάλαβαν τις υγιεινές τροφές και την σημασία τους στην υγεία και στην ανάπτυξη τους.

Η επιμορφωτική διαδικτυακή δράση του ΚΠΕ/Κ.Ε.Π.Ε.Α Ιεράπετρας-Νεάπολης με θέμα <<Μαγειρεύοντας τη διατροφή μου>> που παρακολούθησαν τα νήπια βοήθησαν αρκετά στην κατανόηση του θέματος της υγιεινής διατροφής (παραμύθι, δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν κατά την διάρκεια της).

Στην κλείδα-αξιολόγηση των παιδιών οι απαντήσεις τους είχαν ενδιαφέρον, αν και αναμενόμενες. Τα εργαστήρια γενικά κύλησαν αρκετά καλά, όπως αναμέναμε στον προγραμματισμό τους.