

ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ!

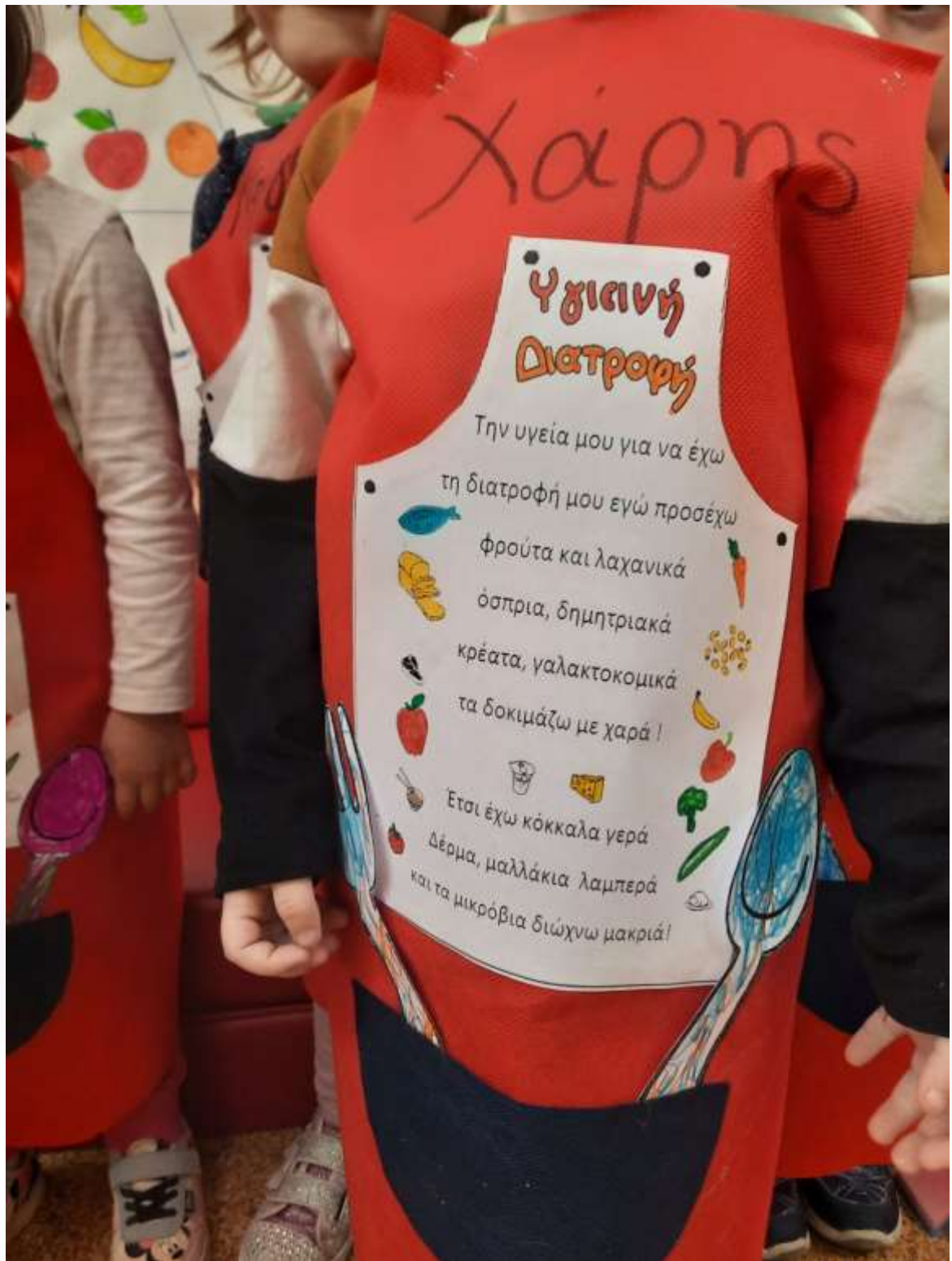
Καιρό πριν, με αφορμή το τραπέζι της Καθαρής Δευτέρας ξεκίνησε ένα όμορφο ταξίδι στην ενότητα "Διατροφή και Υγεία" κεντρίζοντας το ενδιαφέρον των παιδιών μας!

Το βιβλίο, "το φαγητό δεν είναι μόνο για να χορταίνουμε" ήταν μια καλή αφετηρία για το θέμα μας.

Μια "αυτοσχέδια" πυραμίδα διατροφής στήθηκε όλο αυτό τον καιρό στην τάξη μας και το παιχνίδι ξεκίνησε...

Τα φρούτα μπήκαν στο μπλέντερ, τα παιδιά γεύτηκαν έναν υπέροχο φρουτοχυμό με πολλές βιταμίνες και τα μαγειρικά σκεύη "πήραν φωτιά", νόστιμες μπάρες δημητριακών από τα μικρά χεράκια ετοιμάστηκαν!

Παίξαμε... γευθήκαμε... χαρήκαμε... και φυσικά στο τέλος είπαμε πως δεν ξεχνάμε να φροντίζουμε τα δοντάκια μας να μένουν καθαρά και λαμπερά!



Χάρης

Υγιεινή
Διατροφή

Την υγεία μου για να έχω
τη διατροφή μου εγώ προσέχω

φρούτα και λαχανικά
όσπρια, δημητριακά
κρέατα, γαλακτοκομικά
τα δοκιμάζω με χαρά!

Έτσι έχω κόκκαλα γερά
Δέρμα, μαλλιάκια λαμπερά
και τα μικρόβια διώχνω μακριά!





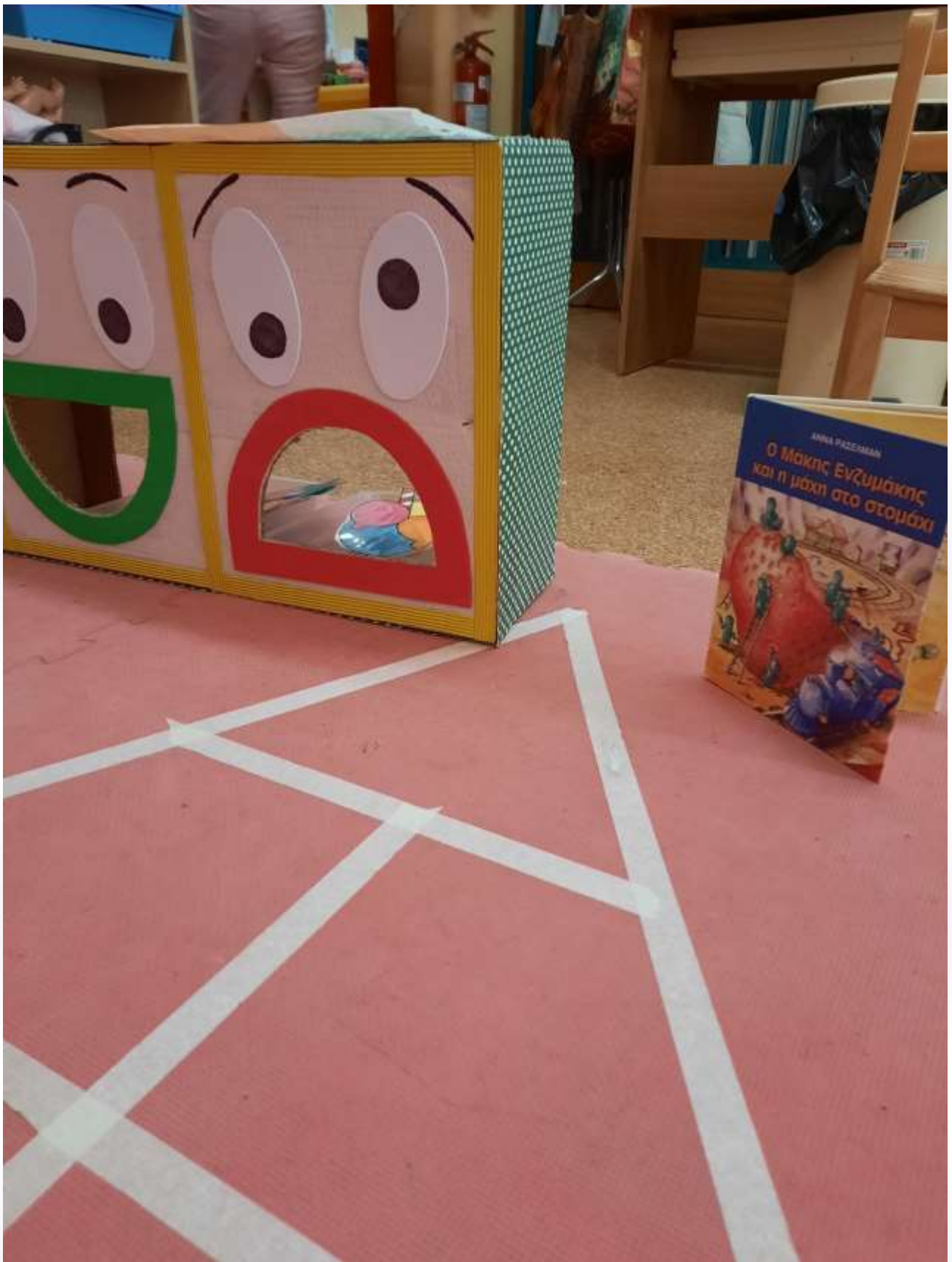


















Οργάνωση-υλοποίηση project:

Τασούλα Παπαγεωργίου
Αλίκη Γκανιάτσα
Λουκία Σαρκλή

7^{ος} Βρεφονηπιακός Σταθμός
2024