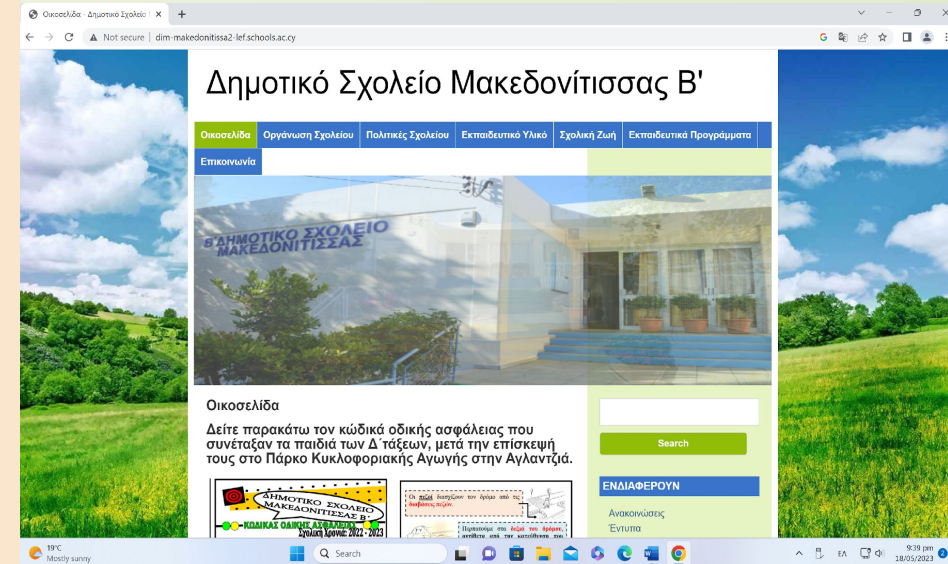


ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΤΙΣΣΑΣ Β'

Μάρτιος 2024



ΔΙΑΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ (PROJECT)
ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

ΕΡΕΥΝΑ:

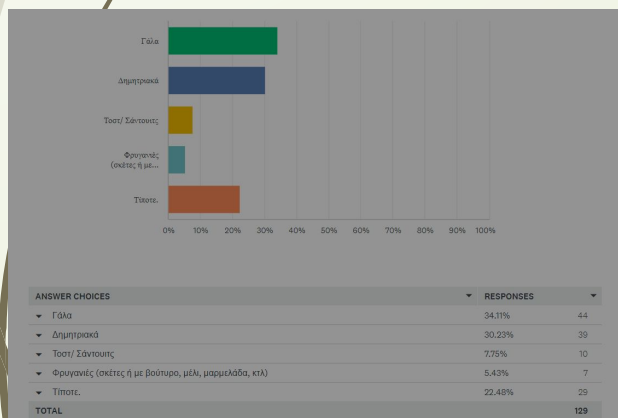
Διερεύνηση των διατροφικών συνηθειών
των μαθητών/ τριών του σχολείου μας

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

**ΠΟΥ ΤΕΘΗΚΑΝ ΣΤΗΝ ΕΡΕΥΝΑ,
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ
ΠΟΥ ΕΞΗΧΘΗΣΑΝ**



Τι παίρνεις για πρωινό, προτού έρθεις στο σχολείο;



Τα περισσότερα παιδιά (64%), τρώνε γάλα με δημητριακά το πρωί.

Ένας σημαντικός αριθμός παιδιών (23%), δεν τρώνε τίποτε για πρωινό, προτού πάνε στο σχολείο.

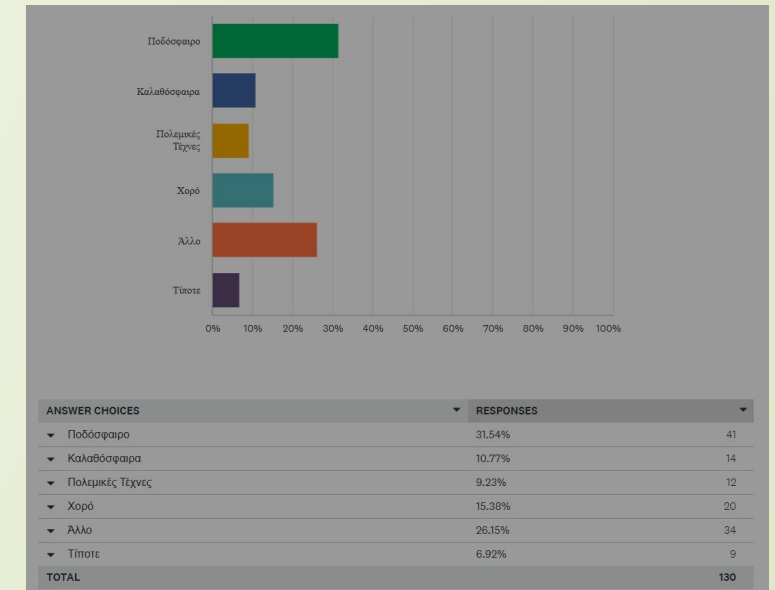
Το 13% των παιδιών, προτιμά να προγευματίζει με σάντουιτς/ τοστ ή με φρυγανιές.

Ασχολείσαι με κάποιο άθλημα στον ελεύθερό σου χρόνο;

□ Τα περισσότερα παιδιά ασχολούνται με κάποιο άθλημα στον ελεύθερό τους χρόνο:

- ✓ Ποδόσφαιρο: 32%
- ✓ Καλαθόσφαιρα: 11%
- ✓ Πολεμικές τέχνες: 9%
- ✓ Χορό: 15%
- ✓ Κάτι άλλο: 26%

□ 7% των παιδιών δεν ασχολούνται με κανένα άθλημα.





ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΕΓΙΝΑΝ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΟΥ PROJECT

Υγιεινό Κυπριακό Πρόγευμα



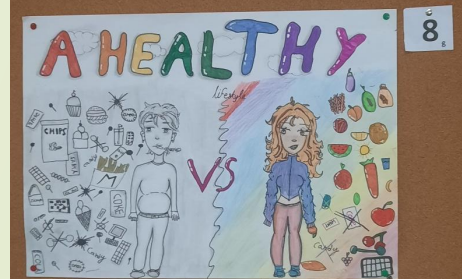
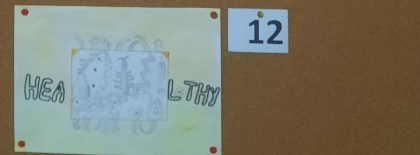
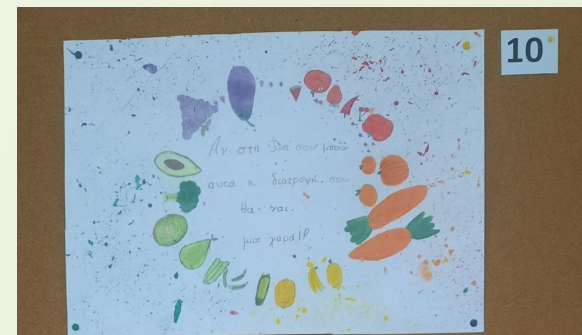
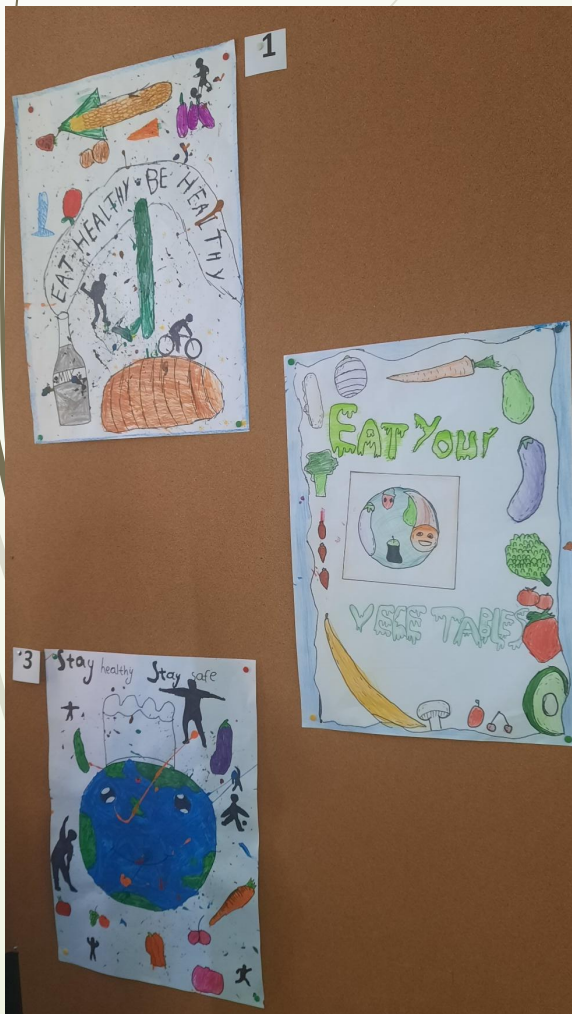
Παιχνίδι με κάρτες μνήμης που κατασκευάστηκε από τα παιδιά



Κατασκευή μαγνήτη με την πυραμίδα διατροφής



Προκήρυξη διαγωνισμού με αφίσες Υγιεινής Διατροφής και Άσκησης



Δημιουργία λαχανόκηπου



Διάχυση αποτελεσμάτων – συμπερασμάτων – εισηγήσεων της έρευνας σε παιδιά των γειτονικών σχολείων



Αθλητική ημερίδα



Παρασκευή φρέσκου χυμού



Τραγούδι «Ο τσελεμεντές»



Παιδιά και εκπαιδευτικοί έζησαν μια ξεχωριστή εμπειρία

- Έγιναν ερευνητές και παρουσιαστές
- Τραγούδησαν
- Έπαιξαν
- Γνώρισαν καινούρια αθλήματα
- Ανέπτυξαν κοινωνικές δεξιότητες
- Έμαθαν διασκεδάζοντας
- Απέκτησαν υγιεινές διατροφικές συνήθειες
- Καλλιέργησαν τον δικό τους λαχανόκηπο