

Δραστηριότητα 8^η

Τάξη: Γ'

Μάθημα: Μελέτη Περιβάλλοντος

Κεφάλαιο: Φυτά του τόπου μας, Η Πυραμίδα της διατροφής

Στόχοι:

Να αναγνωρίσουν τη σημασία των προϊόντων που δίνουν τα φυτά στην καθημερινή τους διατροφή.

Να γνωρίσουν τη μεσογειακή διατροφή.

Προηγούμενες γνώσεις: οι μαθητές γνωρίζουν, από προηγούμενα μαθήματα, κάποια φυτά του τόπου μας, όπως η ελιά, το αμπέλι και το σιτάρι. Ακόμη γνωρίζουν τις βασικές κατηγορίες τροφίμων, φρούτα, λαχανικά, κρέας, όσπρια, δημητριακά έλαια και λίπη, γλυκά, ψάρια κ.ά.

Απαιτούμενος χρόνος : 1 διδακτική ώρα

Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες των 3 παιδιών

Φύλλο εργασίας

Στο βιντεοπροβολέα προβάλλω το παρακάτω βίντεο:

<http://www.youtube.com/watch?v=6nQQVBv-p6A>

Και στη συνέχεια ακολουθεί συζήτηση για το περιεχόμενο του βίντεο.

(Επειδή το βίντεο είναι με αγγλικούς υπότιτλους, προτιμότερο είναι να εξηγεί τις λεζάντες ο δάσκαλος παράλληλα με την προβολή του βίντεο).

Σχεδίασε με την ομάδα σου το μενού μιας ημέρας.

Πρωινό :

Δεκατιανό:

Μεσημεριανό:

Απογευματινό:

Βραδινό:

Τι θα απόφευγες να φας;

Τι δε θα αγοράζες από το κυλικείο;
