

## ΘΕΜΑ ΔΡΑΣΗΣ:

# Διαθεματική προσέγγιση της ενότητας «Φαγητό και Υγεία» Συνεργασία των μαθημάτων της Αγωγής Υγείας και των Νέων Ελληνικών

**ΣΧΟΛΕΙΟ:** Γυμνάσιο Ύψωνα

**ΟΝΟΜΑΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ:** Λουκαΐδου Μαρία, Γεωργίου Ριάνα, Μαρίνα Ιωάννου (Φιλολογος)

**ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ:** 2022-2023

**ΣΤΟΧΟΙ/ΣΚΟΠΟΣ:** Οι μαθητές/μαθήτριες να αντιληφθούν τη μέγιστη σημασία που έχει η ορθή διατροφική συμπεριφορά στην υγεία και ειδικότερα η κατανάλωση υγιεινού πρωινού γεύματος.

**ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ:** Σε συνεργασία με το μάθημα των Νέων Ελληνικών, που αφορούσε στη θεματική ενότητα «Η Πυραμίδα της Υγιεινής Διατροφής», πραγματοποιήθηκε δράση από το τμήμα Α2 του σχολείου στο εργαστήριο της Αγωγής Υγείας. Οι μαθητές/μαθήτριες έφτιαξαν υγιεινό πρόγευμα με ψωμί ολικής άλεσης, λαχανικά, αυγά, τυρί χαμηλό σε λιπαρά, γαλοπούλα βραστή καθώς και βρώμη με μέλι, ξηρούς καρπούς, γιαούρτι με 0% λίπος και αποξηραμένα φρούτα. Ακολούθως, έστειψαν φρέσκο χυμό πορτοκάλι για να συνοδεύσουν το πρόγευμά τους, αναγνωρίζοντας εν τέλει τη σημασία του πρωινού γεύματος.

