|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| cali |  |  |
| Υγιεινή Διατροφή ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ/ Τομέας Νοσηλευτικής/Λαμπρινή Παπαδοπούλου |  | **Θεματική:** Ζω καλύτερα - Ευ ζην**Υποθεματική:**  Διατροφή **Απευθύνεται σε μαθητές/μαθήτριες:**  Δ΄ Δημοτικού, Ε΄ Δημοτικού, ΣΤ΄ Δημοτικού **Διάρκεια στο τετράμηνο:** 1 εργαστήριο (2 ώρες) |
|  |  |  |
| **Περιγραφή (50-100 λέξεις)**Ο **Ε**λληνικός **Ε**ρυθρός **Σ**ταυρός, ως μέλος του Διεθνούς Κινήματος Συλλόγων Ερυθρού Σταυρού και Ερυθράς Ημισελήνου, αποτελεί το μεγαλύτερο Ανθρωπιστικό Οργανισμό της χώρας. Από την ίδρυσή του το 1877, παρέχει βοήθεια, χωρίς διακρίσεις, σε όποιον τη χρειάζεται στηριζόμενος στις επτά Θεμελιώδεις Αρχές του Κινήματος: **Ανθρωπισμός - Αμεροληψία - Ουδετερότητα - Ανεξαρτησία - Εθελοντισμός - Ενότητα – Παγκοσμιότητα.** Μέχρι σήμερα έχει να επιδείξει μια διαρκή δυναμική παρουσία σε κάθε έκτακτη ανάγκη της χώρας, αλλά και στην καθημερινότητα, μέσα από ευέλικτα προγράμματα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Αγωγής Υγείας και Ψυχοκοινωνικής στήριξης που στον πυρήνα του ενδιαφέροντος τους έχουν τον άνθρωπο. **Στοχευόμενες δεξιότητες****Α΄ Κύκλος**Δημιουργικότητα (Creativity)Επικοινωνία (Communication)Κριτική σκέψη (Critical thinking)Συνεργασία (Collaboration)**Β΄ Κύκλος**AυτομέριμναΕνσυναίσθηση και ευαισθησίαΚοινωνικές ΔεξιότητεςΟργανωτική ικανότηταΠολιτειότηταΠρογραμματισμός – ΠαραγωγικότηταΠροσαρμοστικότηταΠρωτοβουλίαΥπευθυνότητα**Γ΄ Κύκλος**Δεξιότητες Μοντελισμού και προσομοίωσης**Δ΄ Κύκλος**Επίλυση προβλημάτωνΜελέτη περιπτώσεων (case studies)Πλάγια σκέψη**Δραστηριότητες:****1η θεματική: Υγιεινή διατροφή*** 7 ομάδες τροφίμων (Βιομηχανοποιημένα τρόφιμα-Τι χρειάζεται ο οργανισμός μας- Πρωινό γεύμα- Κυρίως γεύμα- Βραδινό γεύμα- Ενδιάμεσα γεύματα)
* Η αξία του νερού. Ενυδατώνουμε τον οργανισμό μας-Τα σημάδια της αφυδάτωσης
* Μικρές συμβουλές για την καλή υγεία

**Προσαρμογές για εμποδιζόμενους μαθητές**Προβλέπονται**Επέκταση**Δεν προβλέπεται**Αξιολόγηση**Δεν προβλέπεται  |  | **Σύνδεση με το Π.Σ:****Εκτυπώσιμο Υλικό**-Φύλλα εργασίας- Κάρτες**Απαραίτητοι Σύνδεσμοι****Οπτικοακουστικό υλικό*** παρουσίαση power point εμπλουτισμένο με κατάλληλες φωτογραφίες και εικόνες.
* προπλάσματα και εικόνες τροφίμων, κατασκευές από χαρτόνι για την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής

**Διαδραστικό υλικό****Υποστήριξη εκπαιδευτικού****Πληροφορίες υποβάθρου**  **Οδηγός** Δεν συμπεριλαμβάνεται**Επιμόρφωση ΟΧΙ** **Προβλέπεται** Παρουσίαση από εξειδικευμένο εκπρόσωπό του τομέα νοσηλευτών του ΕΕΣ**Φυσική παρουσία: Ναι** **ΝΟΜΟΙ ΚΑΙ ΠΟΛΕΙΣ ΜΕ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΕΣ στις παρακάτω περιοχές**1. ΑΤΤΙΚΗ
2. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ/Ν. ΕΒΡΟΥ
3. ΔΡΑΜΑ/ Ν. ΔΡΑΜΑΣ
4. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ/ Ν. ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
5. ΚΑΣΤΟΡΙΑ/ Ν. ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
6. ΦΛΩΡΙΝΑ/ Ν. ΦΛΩΡΙΝΑΣ
7. ΚΟΖΑΝΗ/ Ν. ΚΟΖΑΝΗΣ
8. ΒΕΡΟΙΑ/ Ν. ΗΜΑΘΕΙΑΣ
9. ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ/ Ν. ΗΜΑΘΕΙΑΣ
10. ΕΔΕΣΣΑ /Ν. ΠΕΛΛΑΣ
11. ΚΑΤΕΡΙΝΗ/ Ν. ΠΙΕΡΙΑΣ
12. ΙΩΑΝΝΙΝΑ/ Ν. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
13. ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑ/Ν. ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ
14. ΤΡΙΚΑΛΑ/ Ν. ΤΡΙΚΑΛΩΝ
15. ΛΑΡΙΣΑ /Ν. ΛΑΡΙΣΗΣ
16. ΒΟΛΟΣ /Ν. Μ,ΑΓΝΗΣΙΑΣ
17. ΚΑΡΔΙΤΣΑ/ Ν. ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ
18. ΑΓΡΙΝΙΟ /Ν. ΑΙΤΟΛΩΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ
19. ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ /Ν. ΑΙΤΟΛΩΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ
20. ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ /Ν. ΑΙΤΟΛΩΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ
21. ΛΑΜΙΑ /Ν. ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ
22. ΧΑΛΚΙΔΑ/ Ν. ΕΥΒΟΙΑΣ
23. ΠΕΙΡΑΙΑΣ/ Ν. ΑΤΤΙΚΗΣ
24. ΠΑΤΡΑ /Ν. ΑΧΑΪΑΣ
25. ΝΑΥΠΛΙΟ/ Ν. ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
26. ΑΡΓΟΣ / Ν. ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
27. ΚΑΛΑΜΑΤΑ /Ν. ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ
28. ΤΡΙΠΟΛΗ /Ν. ΑΡΚΑΔΙΑΣ
29. ΣΠΑΡΤΗ/ Ν. ΛΑΚΩΝΙΑΣ
30. ΣΑΜΟΣ/ Ν. ΣΑΜΟΥ
31. ΙΕΡΑΠΕΤΡΑ/ Ν. ΛΑΣΙΘΙΟΥ
 |