



Ιδιωτικό Νηπιαγωγείο & Παιδοκομικός Σταθμός

Private Kindergarten & Nursery School

Chara's World

Εβδομαδιαίος προγραμματισμός – 40^η, 41^η & 42^η εβδομάδα 5/6/2017 – 22/6/2017
Θέμα: «Ιούνιος ο Θεριστής – Ταξίδι στο γλυκό Καλοκαίρι – Γιορτή του Πατέρα – Ταξίδι στη Θάλασσα και στον κόσμο»



© Can Stock Photo - esp690922



Αφορμή – Ερέθισμα

Ήρθε ο πρώτος μήνας του Καλοκαιριού ο Ιούνιος! Ο μήνας που σημαίνει το τέλος του σχολείου και την αρχή των Καλοκαιρινών διακοπών. Ποια είναι τα λαϊκά του ονόματα; Ποιες οι μεγάλες του γιορτές; Ποιες οι ασχολίες των ανθρώπων αυτή την εποχή; Γιατί τον Ιούνιο το λένε θεριστή; Τι θα πει «θερίζω» και από πού βγαίνει το σιτάρι; Μεγάλοι και μικροί περιμένουμε αυτή την εποχή με τόσο μεγάλη λαχτάρα! Τα παιδιά παρατηρούν τις αλλαγές που συμβαίνουν γύρω τους. Έρχονται στο σχολείο φορώντας καλοκαιρινά ρούχα, πηγαίνουν στη θάλασσα για μπάνιο, τρώνε παγωτά, θα αρχίσουμε τα μαθήματα μας για το κολύμπι που τα παιδιά τα περιμένουν με τόση αγωνία. Καλοκαιρινές ασχολίες, χόμπι, η θάλασσα και ο θαλάσσιος κόσμος της, οι διακοπές μας, πως περάσαμε πέρσι και πως σχεδιάζουμε να περάσουμε φέτος το Καλοκαίρι μας. Τι πρέπει να προσέχουμε το Καλοκαίρι, τι ξέρουμε για όλα αυτά και τι άλλο θέλουμε να μάθουμε. Μ' αυτά και άλλα τόσα θα ασχοληθούμε αυτές τις 3 βδομάδες με ένα σωρό αφορμές, ερεθίσματα και δραστηριότητες.

ΔΕΥΤΕΡΑ 4/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με puzzle και με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικό, το κουκλόσπιτο κλπ.) και ζωγραφίζουν με παστέλ κάτι που οι ίδιοι επιθυμούν.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Ιούνιος ο Θεριστής!»

Δείχνουμε στα παιδιά διάφορα στάχυα, τα αγγίζουμε, τα περιγράφουμε και τους ρωτάμε να μας πουν τι είναι. Έπειτα δείχνουμε διάφορες εικόνες και video και συζητάμε για το θερισμό, για τη διαδικασία του θερισμού, για το σιτάρι, το αλεύρι και τα προϊόντα του. Θα συζητήσουμε για τα ονόματα του Ιουνίου (π.χ. «Θεριστής») και το λόγο που απέκτησε τα ονόματα αυτά.

Μαθηματικά / Φυσικές Επιστήμες: «Οι αγαπημένοι μας μαγνήτες, Το 8 και το 9!»

Με τα παιδιά θα ασχοληθούμε για την έλξη της γης και έπειτα με τους μαγνήτες. Θα δούμε ποια αντικείμενα έλκει ο μαγνήτης και ποια όχι. Θα κάνουμε υποθέσεις με τα παιδιά, πειράματα και θα ανακαλύψουμε διάφορα μέσα από αυτά. Εξάγουμε κάποια συμπεράσματα για αυτό το θέμα. Έπειτα κάνουμε μια επανάληψη των αριθμών μέχρι το 7 και έπειτα γνωρίσουμε τον αριθμό 8 και 9, μέσα από διάφορες δραστηριότητες.

Παραμύθι: «Η αλεπού και ο λύκος»

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Μουσική Αγωγή: «Λεβέντη Μυλωνά»

Με τα παιδιά ακούμε το πιο πάνω τραγούδι και έπειτα συζητάμε στο τι αναφέρεται και εντοπίζουμε διάφορα στοιχεία. Στη συνέχεια προσπαθούμε να το μάθουμε με τα παιδιά.

Ψυχές Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται με επιτραπέζια παιχνίδια και με παιχνίδια συναρμολόγησης, στα τραπέζια της γραφής και των μαθηματικών, με puzzle και με εκπαιδευτικές

δραστηριότητες σχετικές με το θέμα μας. Έπειτα αν επιθυμούν τα παιδιά ξαναλέμε τα τραγούδια που είπαμε πιο πριν.

ΤΡΙΤΗ 5/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζακια με διάφορα επιτραπέζια, εκπαιδευτικά παιχνίδια, παιχνίδια συναρμολόγησης, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάτικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με υλικά εικαστικής έκφρασης τα παιδιά φτιάχνουν κάτι που επιθυμούν σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Επαγγέλματα και αντικείμενα για το θερισμό»

Με τα παιδιά συζητάμε για τα επαγγέλματα που σχετίζονται με το θερισμό (π.χ. Θεριστής, γεωργός, μυλωνάς, κλπ.) καθώς και τα αντικείμενα – μηχανήματα – εργαλεία που χρειάζονται για να θερίσουν οι θεριστές. Μέσα από εικόνες, βιβλία και video βλέπουμε, περιγράφουμε και ονομάζουμε τα εργαλεία αυτά.

Σύνθετες λέξεις που προέρχονται από το ψωμί

Με τα παιδιά συζητάμε για κάποιες σύνθετες λέξεις με το ψωμί (π.χ. ψωμοτύρι, ελιόψωμο, σταφιδόψωμο, σκορδόψωμο κλπ.), τις σπάμε, τις ξανασυνδέουμε με παιγνιώδη τρόπο κλπ.

Κοινωνικές Επιστήμες: «Η αξία και η σημασία του ψωμιού»

Με τα παιδιά συζητάμε για την αξία και τη σημασία του ψωμιού στη ζωή μας. Μέσα από εικόνες και βιβλία βλέπουμε ότι υπήρχε από τα πολύ παλιά χρόνια το ψωμί, συμβολίζει διάφορα πράγματα κυρίως στην εκκλησία (το σώμα του Χριστού στη Θεία Κοινωνία κλπ.)

Φυσική Αγωγή: «Ο Καρβελάς»

- Καρβελά, καρβελά, πόσα καρβελία έχει ο φούρνος;
- Έντεκα κι ένα καμένο.
- Ποιος το 'καψε;
- Ο Βασίλης (π.χ.)
- Με τι θα τον παντρέψουμε;
- Μα τα κοράκια!!

Με τα παιδιά παίζουμε το πιο πάνω παραδοσιακό παιχνίδι. Τα παιδιά κάνουν κύκλο. Δύο παιδιά στέκονται στη μέση. Το ένα είναι ο καρβελάς και το άλλο ρωτάει. Στην τελευταία απάντηση όλα τα παιδιά φωνάζουν: κρα κρα κρα! Και δυο δυο κάνουν πόρτα και περνά και βγαίνει από τον κύκλο ο Βασίλης (π.χ.). Το παιχνίδι κρατά μέχρι να βγουν όλα τα παιδιά (εμείς επειδή δεν είναι και ότι καλύτερο ο αποκλεισμός των παιδιών από το παιχνίδι μπορούμε απλά να περνούν τα παιδιά από τις πόρτες που φτιάχνουν οι υπόλοιποι, να παραμένουν στον κύκλο και να τελειώνουμε όταν περάσουν όλα τα παιδιά. Κάθε φορά μιμούνται άλλο ζώο: γαϊδουράκι, γάτα, κόκορα, σκύλο κλπ.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζακια με παιχνίδια συναρμολόγησης, με επιτραπέζια παιχνίδια και κάποιες δραστηριότητες που αφορούν το θέμα αυτής της βδομάδας. Επίσης παίζουμε κάποια παιχνίδια στον κύκλο που μάθαμε μέχρι τώρα.

ΤΕΤΑΡΤΗ 6/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι / Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζακια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με το ζυμαράκι και με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάτικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με υλικά εικαστικής έκφρασης τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας (π.χ. με στάχυα φτιάχνουμε κάποια κατασκευή ή κάποιο έργο τέχνης κλπ.)

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Χρησιμότητα του αλωνιού»

Τι σημαίνει «αλωνίζω»; Βλέπουμε παλιά εργαλεία και καινούρια και κάνουμε συγκρίσεις, μέσα από κάποιο βιβλίο συζητάμε και μιλάμε για τον κύκλο του ψωμιού «Από το σπόρο στο ψωμί». Επίσης θα συζητήσουμε τον τρόπο που έφτιαχναν παλιά το αλεύρι όταν δεν υπήρχαν οι μηχανές, θα γνωρίσουμε διάφορους μύλους από διάφορες περιοχές της Ελλάδας και της

Κύπρου, θα τους περιγράψουμε και θα μιλήσουμε γι' αυτούς, για τη σημασία και τη χρήση τους.

Ποίημα – Τραγούδι «Σ' αυτό το αλώνι το φαρδύ»

Σ' αυτό τ' αλώ-, Ελένη μου,
σ' αυτό τ' αλώνι το φαρδύ.
Σ' αυτό τ' αλώνι το φαρδύ, (δισ)
τρανός χορός που γένητι. (δισ)

Να 'χα μήλο, Ελένη μου
να 'χα μήλο, να 'χα ρόιδο.
Να 'χα μήλο, να 'χα ρόιδο (δισ)
να πέταγα μες στο χορό. (δισ)

Τρεις δίπλες ή-, Ελένη μου,
τρεις δίπλες ήταν οι χοροί.
Τρεις δίπλες ήταν οι χοροί,
στη μια τη δίπλα στο χορό
είναι η κόρη π' αγαπώ,
στη μια τη δίπλα στο χορό.

Να ξεδιπλώ-, Ελένη μου,
να ξεδιπλώσει ο χορός.
Να ξεδιπλώσει ο χορός (δισ)
Να δω την κόρη π' αγαπώ. (δισ)

Ακούμε το πιο πάνω διαφορετικό - παραδοσιακό τραγούδι και έπειτα μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες το συζητάμε και το επεξεργαζόμαστε.

Μαθηματικά / Φυσικές Επιστήμες: «Για να βάλουμε στη σωστή σειρά το θερισμό και τον κύκλο του ψωμιού αλλά ας μάθουμε και τον αριθμό 9!!»

Με τα παιδιά θα τοποθετήσουμε στη σωστή σειρά τις εικόνες του θερισμού και τον κύκλο του ψωμιού. Μέσα από διάφορες δραστηριότητες και παιχνίδια θα σειροθετήσουμε, θα εντοπίσουμε κάτι που λείπει κλπ. Έπειτα θα ασχοληθούμε με τον αριθμό 9 πιο εκτενέστερα και θα θυμηθούμε και τους προηγούμενους, μέσα από διάφορα παιχνίδια και δραστηριότητες.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά φτιάχνουν κάποια puzzle, απασχολούνται με παιχνίδια συναρμολόγησης, εκπαιδευτικά παιχνίδια, πίνακες διπλής εισδοχής που αφορούν το θέμα μας και όσοι επιθυμούν απασχολούνται στα τραπεζάκια γραφής και μαθηματικών.

ΠΕΜΠΤΗ 7/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι και Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με χρώματα τα παιδιά ζωγραφίζουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Το έθιμο του Κλήδονα»

Δείχνουμε στα παιδιά μέσα από κάποιο video το έθιμο του Κλήδονα και έπειτα το συζητάμε, το σχολιάζουμε και αν είναι εφικτό και επιθυμούν και τα παιδιά το εκτελούμε και εμείς στην τάξη μας.

Παραμύθι: «Η Βασιλοπούλα μυλωνού»

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Μαθηματικά / Φυσικές Επιστήμες: «Μετράμε τα υλικά μας και φτιάχνουμε ψωμάκια»

Με τα παιδιά θα φτιάξουμε διάφορα ψωμάκια έτσι θα βρούμε και θα μετρήσουμε τα υλικά που χρειαζόμαστε, θα πειραματιστούμε, θα δημιουργήσουμε κλπ.

Φυσική Αγωγή: «Ο Καρβελάς»

- Καρβελά, καρβελά, πόσα καρβέλια έχει ο φούρνος;
- Έντεκα κι ένα καμένο.
- Ποιος το 'καψε;
- Ο Βασίλης (π.χ.)
- Με τι θα τον παντρέψουμε;
- Μα τα κοράκια!!

Με τα παιδιά παίζουμε το πιο πάνω παραδοσιακό παιχνίδι. Τα παιδιά κάνουν κύκλο. Δύο παιδιά στέκονται στη μέση. Το ένα είναι ο καρβελάς και το άλλο ρωτάει. Στην τελευταία απάντηση όλα τα παιδιά φωνάζουν: κρα κρα κρα! Και δυο δυο κάνουν πόρτα και περνά και

βγαίνει από τον κύκλο ο Βασίλης (π.χ.). Το παιχνίδι κρατά μέχρι να βγουν όλα τα παιδιά (εμείς επειδή δεν είναι και ότι καλύτερο ο αποκλεισμός των παιδιών από το παιχνίδι μπορούμε απλά να περνούν τα παιδιά από τις πόρτες που φτιάχνουν οι υπόλοιποι, να παραμένουν στον κύκλο και να τελειώνουμε όταν περάσουν όλα τα παιδιά. Κάθε φορά μιμούνται άλλο ζώο: γαϊδουράκι, γάτα, κόκορα, σκύλο κλπ.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Ελεύθερο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζια με διάφορα εκπαιδευτικά παιχνίδια, παιχνίδια συναρμολόγησης, κάποιες εκπαιδευτικές δραστηριότητες για το θέμα μας και λέμε κάποια τραγούδια που μάθαμε μέχρι τώρα για το θέμα με το οποίο ασχολούμαστε αυτή τη βδομάδα.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι / Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζια με διάφορα εκπαιδευτικά παιχνίδια, με το ζυμαράκι, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικό, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με υλικά εικαστικής έκφρασης, τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Παραμύθι: «Ο κυρ Σιμιγδαλένιος»

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Ποίημα: «Καλοκαίρι» του Χάρη Σακελλαρίου

-Καλοκαίρι, Καλοκαίρι
τι καλά μας έχεις φέρει;
-Φέρνω του καιρού τη γλύκα
τα κεράσια και τα σύκα.
Τα σταφύλια έχω στ' αμπέλι
και το μέλι στην κυσέλη,
τ' άνθη στην τριανταφυλλιά
και στα δέντρα τα πουλιά.

Έπειτα από την απαγγελία του πιο πάνω ποιήματος μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες συζητάμε και επεξεργαζόμαστε το ποίημα.

Μουσική Αγωγή: «Λεβέντη Μυλωνά» & «Σ' αυτό το αλώνι το φαρδύ»

Με τα παιδιά ακούμε το πιο πάνω τραγούδι και έπειτα το τραγουδάμε με τα παιδιά, το ενορχηστρώνουμε κλπ.

Μάθημα Kindermusik Laugh & Learn – Around the Farm – Lesson 2

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Ενασχόληση με επιτραπέζια παιχνίδια, puzzle και μια μικρή αναφορά στον κύκλο στα όσα έχουμε κάνει αυτή τη βδομάδα, μια μικρή επανάληψη των σημαντικότερων που έχουμε κάνει, κάνουμε ένα αναστοχασμό και μια μικρή προφορική αξιολόγηση με τα παιδιά για το τι πήγε καλά αυτή τη βδομάδα και τι όχι.

ΔΕΥΤΕΡΑ 11/6/2018

Αργία το σχολείο θα είναι κλειστό (Του Αποστόλου Βαρνάβα)

ΤΡΙΤΗ 12/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι / Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπέζια με διάφορα επιτραπέζια, εκπαιδευτικά παιχνίδια, παιχνίδια συναρμολόγησης, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικό, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με νερομπογιές τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Το Καλοκαίρι – Οι μήνες του και Παροιμίες γι' αυτούς»

Με τα παιδιά συζητάμε για τους μήνες του Καλοκαιριού, τους βλέπουμε γραμμένους, τους ονομάζουμε, τους αναγνωρίζουμε, τους αντιστοιχούμε κλπ. Έπειτα αναφέρουμε τις πιο κάτω παροιμίες που αφορούν τους μήνες του Καλοκαιριού, τις συζητούμε και τις σχολιάζουμε.

- Απ' το θέρος ως τις ελιές δεν απολείπουν οι δουλειές.
- Χορτοθήρη, αλωνιστή, ρόγα – ρόγα γυαλιστή.
- Το τζίτζικι λάλησε, άσπρη ρόγα γυάλισε.
- Αύγουστε καλέ μου μήνα, να ήσουν δυο φορές το χρόνο.

- Να μιλήσουν για την εποχή και τους μήνες που την αποτελούν.
- Να κάνουν παρατηρήσεις για τις καιρικές συνθήκες.
- Να συγκρίνουν το καλοκαίρι με άλλες εποχές και να εντοπίσουν την εποχή με τη μεγαλύτερη διαφορά ως προς τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα.
- Να γνωρίσουν τον κόσμο ακούγοντας για χώρες που αυτή την εποχή έχουν χειμώνα, εξαιτίας της θέσης που έχουν στη γη.
- Να καλλιεργήσουν το γλωσσικό τους όργανο με ανακοινώσεις και διηγήσεις από τη ζωή που χαρακτηρίζει το σπίτι τώρα (εκδρομές, σχέδια για διακοπές).
- Να πλουτίσουν το λεξιλόγιο τους με καινούργιες λέξεις.
- Να μάθουν τα παιδιά πως πρέπει να τρέφονται το καλοκαίρι λόγω της ζέστης (νερό, κρύα ροφήματα, χυμοί, πολλά φρούτα, ελαφριά φαγητά).
- Να γνωρίσουν τα φρούτα του καλοκαιριού, να τα γευτούν και να κάνουν τις παρατηρήσεις τους.
- Να αντιληφθούν τη θρεπτική αξία των φρούτων.

Παραμύθι: «Τριγωνοψαρούλης εναντίον μεγάλου καρχαρία»

Για απλή ψυχαγωγία των παιδιών χωρίς κάποια ιδιαίτερη επεξεργασία και ανάλυση, αφηγούμαστε το πιο πάνω παραμύθι.

Κοινωνικές Επιστήμες: «Τι προσέχουμε το Καλοκαίρι»

Με τα παιδιά μέσα από εικόνες και διάφορα άλλα μέσα συζητάμε για όλα αυτά που πρέπει να προσέχουμε το Καλοκαίρι τόσο από τον ήλιο όσο και από τη Θάλασσα. Συζητάμε με τα παιδιά για το πόσο σημαντικό είναι να φοράμε το αντηλιακό μας, τα γυαλιά μας, το καπέλο μας, πως πρέπει να προσέχουμε στη θάλασσα κλπ..

Φυσική Αγωγή: «Ροζ μπικίνι»

Με τα παιδιά θα χορέψουμε στο ρυθμό του πιο πάνω τραγουδιού.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με παιχνίδια συναρμολόγησης, με επιτραπέζια παιχνίδια και κάποιες δραστηριότητες που αφορούν το θέμα αυτής της βδομάδας. Επίσης παίζουμε κάποια παιχνίδια στον κύκλο που μάθαμε μέχρι τώρα.

ΤΕΤΑΡΤΗ 13/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι / Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με το ζυμαράκι και με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με υλικά εικαστικής έκφρασης τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Παραμύθι: «Ο Τριγωνοψαρούλης στον κόσμο των παράξενων ψαριών»

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Μαθηματικά / Φυσικές Επιστήμες: «Επανάληψη των αριθμών που μάθαμε μέχρι τώρα και ο καινούριος μας αριθμός το 10»

Με τα παιδιά θα θυμηθούμε τους αριθμούς που μάθαμε αυτή τη χρονιά, μέσα από διάφορες δραστηριότητες, τραγούδια και παιχνίδια. Έπειτα ασχολούμαστε με τον καινούριο μας αριθμό που είναι το 10.

Φυσική Αγωγή «Χορεύουμε στην παραλία»

Βάζουμε τα καπέλα μας και φανταζόμαστε ότι είμαστε στην παραλία, με τα μαγιό μας και με αντίστοιχη μουσική και τραγούδια χορεύουμε αναπτύσσοντας τις κινητικές μας δεξιότητες.

Μουσική Αγωγή: «Stave House»

Με τα παιδιά ξαναθυμόμαστε τα όσα κάναμε στα προηγούμενα μαθήματα, μέσα από διάφορες δραστηριότητες και παιχνίδια (το σπίτι με τα τέσσερα δωμάτια – πεντάγραμμα και το Δράκο τον Ντάντσον, το χτίστη που έφτιαξε το σπίτι κλπ. (ο φάκελος του Stave House που παίρνει κάθε φορά ένα παιδί, θα πρέπει μαζί να κάνετε κάποιες δραστηριότητες με τα παιδιά σας στο σπίτι – αναγράφονται και μέσα στο φάκελο!)

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά φτιάχνουν κάποια puzzle, απασχολούνται με παιχνίδια συναρμολόγησης, εκπαιδευτικά παιχνίδια, πίνακες διπλής εισδοχής που αφορούν το θέμα μας και όσοι επιθυμούν απασχολούνται στα τραπεζάκια γραφής και μαθηματικών.

ΠΕΜΠΤΗ 14/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι και Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικό, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με χρώματα τα παιδιά ζωγραφίζουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Η γιορτή του πατέρα»

Ημέρα του Πατέρα την ερχόμενη Κυριακή και το Chara's World μαζί με όλα τα παιδιά του λέει «Χρόνια πολλά πατέρα» σε όλους τους μπαμπάδες. Σας το υπενθυμίζουμε, αφού η γιορτή δεν έχει καθιερωθεί τόσο όσο εκείνη της μητέρας.

Σήμερα τιμούμε τον πατέρα γεννήτορα, τροφό, παιδαγωγό που δίνει όλα τα εφόδια στο παιδί του για να μεγαλώσει που γίνεται παράδειγμα για το παιδί του.

Οι μπαμπάδες όλου του κόσμου, έχουν και αυτοί την γιορτή τους και οφείλουμε να πούμε ένα μεγάλο "ευχαριστώ" σε αυτούς που μας μεγάλωσαν με τόσο κόπο και θυσίες.

Με τα παιδιά συζητάμε για τους μπαμπάδες μας, τους περιγράφουμε, τους χαρακτηρίσουμε αναφέρουμε το γεγονός ότι θα γιορτάζουν την ερχόμενη Κυριακή σαν και τις μαμάδες μας μέσα στο Μάιο. Μαθαίνουμε κάποιο ποιηματάκι για να το πούμε στους αγαπημένους μας μπαμπάδες.

Παραμύθι: «Ένα φιλάκι για τον μπαμπά!»

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Εικαστική Έκφραση: Με τα παιδιά φτιάχνουμε κάτι για να το χαρίσουμε στους μπαμπάδες μας.

Μουσική Αγωγή: « Ο Καλύτερος μπαμπάς του κόσμου - Καλοκαιρινοί ήχοι»

Με τα παιδιά ακούμε και μαθαίνουμε το τραγούδι για τον μπαμπά μας καθώς και διάφορους καλοκαιρινούς – Θαλασσινούς ήχους και έπειτα προσπαθούμε να τους αναπαράγουμε με διάφορα αντικείμενα και μουσικά όργανα.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Ελεύθερο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα εκπαιδευτικά παιχνίδια, παιχνίδια συναρμολόγησης, κάποιες εκπαιδευτικές δραστηριότητες για το θέμα μας και λέμε κάποια τραγούδια που μάθαμε μέχρι τώρα για το θέμα με το οποίο ασχολούμαστε αυτή τη βδομάδα.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 15/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι / Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα εκπαιδευτικά παιχνίδια, με το ζυμαράκι, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικό, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με υλικά εικαστικής έκφρασης, τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Πρόβες για την Καλοκαιρινή μας γιορτή!!!

Μουσική Αγωγή: «Ήχοι και Τραγούδια της Θάλασσας και του Καλοκαιριού»

Με τα παιδιά ακούμε διάφορους ήχους της θάλασσας, μέσα από κοχύλια κλπ. Ακούμε διάφορα τραγούδια που αφορούν τη θάλασσα (π.χ. το Ναυτάκι του Αιγαίου, Θαλασσάκι μου, Βαρκούλα του Ψαρά, Παντρεύουνε τον Καβουρα, Γυαλό – Γυαλό, Στο πόρτο Χέλι, Το τρελοβάπορο, Νερατζούλα κλπ.) χτυπάμε τον παλμό, το ρυθμό, τα χορεύουμε και έπειτα συζητάμε γι' αυτά τα τραγούδια, πως μας φαίνονται, πως τα ακούμε, τι διαφορές έχουν από άλλα τραγούδια που ακούγαμε και μαθαίναμε μέχρι τώρα κλπ.

Μάθημα Kindermusik Laugh & Learn – Around the Farm – Lesson 3

Ήσυχες Δραστηριότητες – Ελεύθερο Παιχνίδι

Ενασχόληση με επιτραπέζια παιχνίδια, puzzle και μια μικρή αναφορά στον κύκλο στα όσα έχουμε κάνει αυτή τη βδομάδα, μια μικρή επανάληψη των σημαντικότερων που έχουμε κάνει, κάνουμε ένα αναστοχασμό και μια μικρή προφορική αξιολόγηση με τα παιδιά για το τι πήγε καλά αυτή τη βδομάδα και τι όχι.

ΔΕΥΤΕΡΑ 18/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με puzzle και με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με διάφορα αντικείμενα της θάλασσας (π.χ. κοχύλια, βότσαλα, άμμο, φύκια κλπ.) φτιάχνουμε μια όμορφη κατασκευή.

Τελευταίες πρόβες για τη σημερινή μας γιορτή!!!

Κοινωνικές Επιστήμες: «Η Θάλασσα μόλυνση και τρόποι προστασίας της»

Με τα παιδιά βλέπουμε διάφορα οικολογικά video με μολυσμένες και λερωμένες θάλασσες, συζητάμε για αυτές, προβληματιζόμαστε και εντοπίζουμε τρόπους προστασίας της!

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται με επιτραπέζια παιχνίδια και με παιχνίδια συναρμολόγησης, στα τραπεζάκια της γραφής και των μαθηματικών, με puzzle και με εκπαιδευτικές δραστηριότητες σχετικές με το θέμα μας.

ΤΡΙΤΗ 19/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι / Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα επιτραπέζια, εκπαιδευτικά παιχνίδια, παιχνίδια συναρμολόγησης, με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με νερομπογιές τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Θαλάσσια αθλήματα και επαγγέλματα!»

Με τα παιδιά βλέπουμε εικόνες και συζητάμε για τα αθλήματα και τα επαγγέλματα που σχετίζονται με τη θάλασσα (π.χ. Ψαράς, ναύτης, καπετάνιος, ναυαγοσώστης, Ψάρεμα, Ιστιοπλοΐα, Κατάδυση, Ιστιοσανίδα, Θαλάσσιο σκι, Σκι χωρίς πέδιλα, Κωπηλασία κλπ.)

Τα παιδιά επίσης:

- Θα γνωρίσουν δραστηριότητες στις οποίες επιδίδονται οι ενήλικες στη θάλασσα (ηλιοθεραπεία, θαλάσσιο σκι, ψάρεμα, ιστιοπλοΐα κ.λπ.).
- Θα γνωρίσουν τις προφυλάξεις που πρέπει να λαμβάνονται κατά την παραμονή στη θάλασσα.

Παραμύθι: «Το ψάρι που δεν ήξερε..... να κολυμπάει»

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Μουσική Αγωγή: «Τραγούδια της θάλασσας και του Καλοκαιριού»

Με τα παιδιά ακούμε διάφορα τραγούδια που αφορούν τη θάλασσα (π.χ. Τα χαπαόδια, Η Φρεγάτα, Στου γιαλού τα Βοτσαλάκια, Η Ψαροπούλα κλπ.) χτυπάμε τον παλμό, το ρυθμό, τα χορεύουμε και έπειτα συζητάμε γι' αυτά τα τραγούδια, πως μας φαίνονται, πως τα ακούμε, τι διαφορές έχουν από άλλα τραγούδια που ακούγαμε και μαθαίναμε μέχρι τώρα κλπ.

Μαθηματικά / Φυσικές Επιστήμες: «Τα σχήματα»

Με τα παιδιά θα θυμηθούμε τα σχήματα που μάθαμε αυτή τη χρονιά, μέσα από διάφορες δραστηριότητες, τραγούδια και παιχνίδια. Έπειτα ασχολούμαστε με κάποια καινούρια που δεν μάθαμε ακόμη μέσα από ψάρια και διάφορα άλλα θαλάσσια ζώα.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Ελεύθερο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με παιχνίδια συναρμολόγησης, με επιτραπέζια παιχνίδια και κάποιες δραστηριότητες που αφορούν το θέμα αυτής της βδομάδας. Επίσης παίζουμε κάποια παιχνίδια στον κύκλο που μάθαμε μέχρι τώρα.

ΤΕΤΑΡΤΗ 20/6/2018

Ελεύθερες Δραστηριότητες – Παιχνίδι και Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά απασχολούνται στα τραπεζάκια με διάφορα επιτραπέζια εκπαιδευτικά παιχνίδια, με παιχνίδια συναρμολόγησης, με το ζυμαράκι και με τα διάφορα κέντρα μάθησης (τη μουσική, το οικοδομικό υλικό, τη φύση, τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, το μπακάλικο, το κουκλόσπιτο κλπ.) και με υλικά εικαστικής έκφρασης τα παιδιά φτιάχνουν κάτι σχετικό με το θέμα μας.

Γλωσσική Αγωγή

Συζήτηση: «Η Θάλασσα»

Κάποιοι φίλοι μας έχουν έρθει μέσα στην τάξη μας, για να μας επισκεφθούν καθώς και για να γίνουν μέλη της ομάδας μας. Έτσι έπειτα από τη γνωριμία μας με τους καινούριους μας φίλους, το Χρυσόψαρο, τη χελώνα κλπ. τους δίνουμε ονόματα και συζητάμε για το που μένουν, γνωρίζουμε τη θάλασσα, δηλαδή ποια είναι τα χαρακτηριστικά της (χρώμα, γεύση, ακρογιαλιές, έμβιος κόσμος κ.λπ.).

Παραμύθι: «Ο Ψαρίνος και η Ψαρίνα πάνε Ποσειδώνια »

Έπειτα από την αφήγηση του πιο πάνω παραμυθιού το επεξεργαζόμαστε μέσα από διάφορες ερωτήσεις και δραστηριότητες για καλύτερη κατανόησή του.

Ποίημα: «Η Θάλασσα» του Νίκου Τυπάλδου

Αφηγούμαστε στα παιδιά το πιο πάνω ποίημα και με αφορμή αυτό μιλάμε για τη Θάλασσα, τα ζώα που ζουν σ' αυτή, τις εμπειρίες των παιδιών από αυτή. Μιλάμε επίσης για το βυθό της και όλα αυτά που τον περιβάλλουν. Τα παιδιά μέσα από εικόνες και video θα γνωρίσουν ποια όστρακα, λουλούδια, φύκια και άλλα έμβια ζουν στο βυθό της θάλασσας (προτρέπουμε τα παιδιά, την επόμενη φορά που θα πάνε στη θάλασσα να μαζέψουν ότι παρατηρήσουν και τα εντυπωσιάσει, όπως βότσαλα, κογγύλια κ.λπ.).

Μαθηματικά / Φυσικές Επιστήμες: «Τα σχήματα»

Με τα παιδιά θα θυμηθούμε τα σχήματα που μάθαμε αυτή τη χρονιά, μέσα από διάφορες δραστηριότητες, τραγούδια και παιχνίδια. Έπειτα ασχολούμαστε με κάποια καινούρια που δεν μάθαμε ακόμη μέσα από ψάρια και διάφορα άλλα θαλάσσια ζώα.

Φυσική Αγωγή: «Οι μικροί κολυμβητές»

Με τα παιδιά γινόμαστε μικροί κολυμβητές και φτιάχνουμε τη δική μας χορογραφία με κινήσεις που αφορούν την κολύμβηση και τη θάλασσα.

Ήσυχες Δραστηριότητες – Δομημένο Παιχνίδι

Τα παιδιά φτιάχνουν κάποια puzzle, απασχολούνται με παιχνίδια συναρμολόγησης, εκπαιδευτικά παιχνίδια, πίνακες διπλής εισδοχής που αφορούν το θέμα μας και όσοι επιθυμούν απασχολούνται στα τραπεζάκια γραφής και μαθηματικών.

ΠΕΜΠΤΗ 21/6/2018

Σήμερα ξεκινάει το
Καλοκαιρινό Πρόγραμμα!!!!

Ανακοινώσεις

1. Το κόστος για τα δώρα (και ένα μικρό συμβολικό ποσό μέσα σ' αυτό για τις στολές), **θα είναι €15 για το κάθε παιδί, εκτός από τα παιδάκια που θα αποφοιτήσουν όπου το κόστος θα είναι €25 για το κάθε παιδί (γιατί θα έχουν και κάποια άλλα δώρα – εκ των οποίων κάποια θα πληρώσει και το σχολείο)**. Παρακαλούμε όπως τα φέρετε το συντομότερο δυνατόν γιατί θα πρέπει να τα παραγγείλουμε και να τα πληρώσουμε για να προλάβουν να είναι έτοιμα μέχρι τις **18 Ιουνίου**.
2. **Τη Δευτέρα 11 Ιουνίου το σχολείο θα είναι κλειστό** γιατί είναι του Αποστόλου Βαρνάβα.
3. Παρακαλούμε όπως **βοηθήσετε τα παιδιά στην εκμάθηση των ποιημάτων** τους για την Καλοκαιρινή μας γιορτή.
4. Η Καλοκαιρινή μας γιορτή θα πραγματοποιηθεί στις **18 Ιουνίου 2018 στις 6:30 μμ.** **ακριβώς στο Πολιτιστικό Κέντρο Πόλης Χρυσοχούς.**
5. **Τη συγκεκριμένη μέρα (18 Ιουνίου)** το σχολείο θα κλείσει **στις 1:30 μμ.** Και παρακαλούμε όπως όλοι να παραλάβετε τα παιδιά το αργότερο μέχρι αυτή την ώρα, ούτως ώστε να πάνε να ξεκουραστούν και να είναι έτοιμα για την Καλοκαιρινή μας γιορτή.
6. Όλα τα παιδιά που θα λάβουν μέρος στη γιορτή, τη μέρα της γιορτής μας, θα πρέπει να βρίσκονται ντυμένα έτοιμα με τις στολές τους **στο Πολιτιστικό η ώρα 6:00 μ.μ.**
7. **Την Κυριακή 17 Ιουνίου η ώρα 9:00 π.μ.,** όλα τα παιδιά που θα λάβουν μέρος στη γιορτή, θα πρέπει να έρθουν στο Πολιτιστικό Κέντρο Πόλης Χρυσοχούς για να κάνουμε πρόβες για την Καλοκαιρινή μας γιορτή.
8. **Επίσης την Παρασκευή και τη Δευτέρα 15 & 18 Ιουνίου** θα έχουμε πρόβα με όλα τα παιδιά στο Πολιτιστικό Κέντρο Πόλης Χρυσοχούς.
9. Παρακαλούμε όσοι θα μπορείτε και θα έχετε χρόνο **τη μέρα της Καλοκαιρινής μας γιορτής να φτιάξετε κάτι για το τέλος όπου όλοι θα κεραστούμε και παρακαλούμε να το βάλετε σε ένα δοχείο που δεν το χρειάζεστε (χάρτινο ή πλαστικό) για να μη χρειάζεται να σας το επιστρέψουμε – να πεταχτεί με το τέλος της γιορτής.**
10. Θα σας δοθεί φόρμα για τη συμμετοχή των παιδιών **στα μαθήματα κολύμβησης** που θα ξεκινήσουν **στις 21 Ιουνίου** και παρακαλούμε όσα παιδιά θα συμμετέχουν να τη συμπληρώσετε και να μας τη φέρετε το συντομότερο δυνατόν.
11. Τα μαθήματα **Kindermusik** θα συνεχιστούν κανονικά και το Καλοκαίρι.
12. Στις **21 Ιουνίου** θα ξεκινήσει το **Καλοκαιρινό πρόγραμμα** το οποίο και θα σας δοθεί.
13. **Να σας ενημερώσουμε ότι το σχολείο μας θα είναι κλειστό ολόκληρο τον Αύγουστο,** για τις καλοκαιρινές διακοπές.

ΔΕΥΤΕΡΑ 4/6	ΤΡΙΤΗ 5/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 6/6	ΠΕΜΠΤΗ 7/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8/6
<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ρεβιθόρυζο με γιαούρτι & σουβλάκι λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Ρολάκια με σλάις ψωμί, τυρί κρέμα και γαλοπούλα κομμένα σε φέτες</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Σουτζουκάκια με ρύζι, σάλτσα ντομάτας & λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με ρύζι καρότο & σαλάτα με ντοματίνια cherry</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Γιαουρτάκι</p> <p>Μεσημεριανό: Τοστ με χαμ, τυρί και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Γιαουρτάκι</p>	<p>Πρόγευμα: Φέτα με βούτυρο, γαλοπούλα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Λουβί με λάχανα, λαχανικά, τόνο & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 11/6	ΤΡΙΤΗ 12/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 13/6	ΠΕΜΠΤΗ 14/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 15/6
<p>A P Γ I A</p> <p>Το Σχολείο είναι κλειστό</p>	<p>Πρόγευμα: Η Φέτα που έγινε παγοδόρμιο: ψωμί σλάις με τυρί κρέμα, γαλοπούλα & φυσικό χυμό</p> <p>Δεκατιανό: Κρέμα Καραμελέ</p> <p>Μεσημεριανό: Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες, λαχανικά & γιαούρτι</p> <p>Απόγευμα: Κρέμα Καραμελέ</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό Scrabbled με λαχανικά & ψωμί</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Πλανητάριο στο πιάτο σας: Φακές με αστεράκια, ρύζι καρότο, και λαχανικά σε κυβάκια & ½ ποτήρι χυμό πορτοκάλι</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ψάρι παγκάσιους στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Κοκτέιλ κυπριακή πίτα με χαλούμι, λούντζα & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Ραβιόλες με αναρή και στικς λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>

ΔΕΥΤΕΡΑ 18/6	ΤΡΙΤΗ 19/6	ΤΕΤΑΡΤΗ 20/6	ΠΕΜΠΤΗ 21/6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 22/6
<p>Πρόγευμα: Weetabix με φρούτα, σταφίδες, μέλι & γάλα</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Γιουβέτσι με γιαούρτι και σαλάτα</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Φρυγανισμένο ψωμί ολικής άλεσης με μαργαρίνη, μέλι και στικς τυριού κρέμα</p> <p>Δεκατιανό: Παγωτό</p> <p>Μεσημεριανό: Πίτσα & σουβλάκι λαχανικών</p> <p>Απόγευμα: Παγωτό</p>	<p>Πρόγευμα: Αυγό με ψωμί & λαχανικά</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φακές με άγριο ρύζι, λαχανικά, ντοματίνια & φυσικό χυμό</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Δημητριακά με γάλα, φρούτα & σταφίδες</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Σολωμός στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>	<p>Πρόγευμα: Bar Δημητριακών & γάλα με λίγο κακάο & μέλι</p> <p>Δεκατιανό: Φρούτα</p> <p>Μεσημεριανό: Φασόλια με πατάτες, λαχανικά, τόνο & ψωμί</p> <p>Απόγευμα: Φρούτα</p>