



Įvadas: Koks yra jūsų mėgstamiausias maistas? Ar jis sveikas? Ar jis jums naudingas? Šiandien mes smagiai praleisime laiką mokydami apie maisto produktų grupes.

Santrauka	
Dalykas/Disciplina	Aplinkosauginis švietimas
Savaitės tema	Mano kūnas/sveikata: mityba
Amžius	5-6 metai
Pagrindinė tema	Sveikas maistas
Pagrindinės sąvokos	<ul style="list-style-type: none">Sveikos mitybos naudaSveiko maisto pasirinkimasMaisto piramidėMaisto produktų grupėsMaisto švaistymas

Mokymosi tikslai	
<ul style="list-style-type: none">Atpažinti/įvardyti maisto produktų grupes;Rūšiuoti maisto produktus pagal maisto produktų grupes;	<ul style="list-style-type: none">Atpažinti ir (arba) įvardyti maisto produktų grupes maisto piramidėje;leškoti sprendimų, kur išmesti maistą;Sukurti savo maisto lėkštę.

Reikalinga įranga ir (arba) priemonės	
<ul style="list-style-type: none">KompiuterisInterneto ryšysInteraktyvūs internetiniai žaidimai arba vaizdo įrašai	<ul style="list-style-type: none">WordWall https://wordwall.net/resource/56879362/healthy-and-unhealthy-food https://wordwall.net/resource/36059561/healthy-food https://wordwall.net/resource/17819437/food-pyramid https://wordwall.net/resource/7376795/science/y5-food-groupsCanva https://www.canva.com/design/DAFpt_cwSc4/9WU6Q31QX6GihexKj1A3Og/edit?utm

	<p>_content=DAFpt_cwSc4&utm_campaign=desigshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton&fbclid=IwAR3tfoP5DpOEqoOsA8H2CPG0wK2M2psXttTRtjQibfhEWJzFg8ByvcY_mOM</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liveworksheets https://www.liveworksheets.com/ea2475766dg • Sveika mityba: https://www.healthyeating.org/products-and-activities/games-activities/myplate
--	--

Veiklos organizavimas		
Pamokos etapas	Trukmė	Apibūdinimas
Ivadinė veikla	5 min.	Pakvieskite vaikus klausytis ir šokti pagal muziką: tai daina apie sveiką maistą, kuris padeda mūsų kūnams ir smegenims. https://www.youtube.com/watch?v=5dR22hbln6w
	10 min.	Susodinkite vaikus ratu ir trumpai pakalbėkite su jais apie jų mėgstamus maisto produktus ir paklauskite, ar jie yra sveiki; paprašykite pateikti sveikų patiekalų pavyzdžių. Paprašykite jų pažaisti žaidimą apie sveiką maistą : https://wordwall.net/resource/56879362/healthy-and-unhealthy-food
Pagrindinė veikla	15 min.	Supažindinkite su maisto produktų grupėmis per paveikslėlius (rodykite paveikslėlius su įvairių sveikų maisto produktų): https://wordwall.net/resource/36059561/healthy-food Pristatykite maisto piramidės žaidimą ir aptarkite su vaikais, kaip galime ja naudotis, kad sveikai maitintumėmės. https://wordwall.net/resource/17819437/food-pyramid Pakvieskite vaikus pažaisti toliau pateiktą interaktyvų žaidimą, kurio metu rūšiuojami maisto produktai pagal priklausymą grupei ir sveikus bei nesveikus maisto produktus: https://www.canva.com/design/DAFpt_cwSc4/9WU6Q31QX6GiheXKj1A3Og/edit?utm_content=DAFpt_cwSc4&utm_campaign=desigshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton&fbclid=IwAR3tfoP5DpOEqoOsA8H2CPG0wK2M2psXttTRtjQibfhEWJzFg8ByvcY_mOM
	10 min.	Pakvieskite vaikus pasiklausyti šios dainelės ir kartu padainuoti. Įsitikinkite, kad jie ją supranta. Paklauskite jų, kokios problemos kilo vaikams. Kodėl jie išmetė savo maistą? Ar tai yra gerai? Pakvieskite vaikus rasti tokių problemų sprendimus. https://www.youtube.com/watch?v=XfCG301e9Sc

	5 min.	Neprivaloma: pakvieskite vaikus žaisti toliau pateiktą žaidimą, kuris padės jiems susikurti savo maisto lėkštę, pasirenkant maisto produktus, padedančius jiems augti stipriems ir sveikiems. Žaidimą sudaro keli etapai; atlikite tiek, kiek vaikai gali atlikti: https://www.healthyeating.org/products-and-activities/games-activities/myplate
vertinimas	5 min.	Padėkite vaikams susikurti savo sveiko maisto lėkštę pagal jų pageidavimus (3 psl.): https://www.liveworksheets.com/ea2475766dg Pakvieskite vaikus pristatyti savo lėkštes ir paraginkite bendraamžius nuspręsti, ar tai sveikas maistas, ar ne.
	5 min.	Pakvieskite juos žaisti šį interaktyvų maisto produktų priskyrimo grupėms žaidimą: https://wordwall.net/resource/7376795/science/y5-food-groups

Išvados ir rekomendacijos

<ul style="list-style-type: none"> • Vaikai sužinojo apie sveiką maistą. • Jei turite laiko, galite su vaikais aptarti šią istoriją. https://www.youtube.com/watch?v=My-KFPmrwzM&t=2s • Šioje istorijoje vaikai mokomi, kaip svarbu nešvaistyti maisto. Taip pat vaikai sužinos, kaip maistas iš ūkio pasiekia jų stalą. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rekomenduoju nuvykti į ūkį ir pamatyti, pajusti, paragauti ar užuosti sveiką maistą.
--	--

The material is developed within the Erasmus+ project *PreEdTech - Improving the Pedagogical and ICT skills of Pre-School Teachers and Educators in the Digital Era*, Grant agreement number: 2021-1-RO01-KA220-SCH-000027894.

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use, which may be made of the information contained therein.



Co-funded by
the European Union

Project website www.preedtech-project.eu