

B2. Σχέδιο δράσης του Τμήματος-Θεματικός Κύκλος «Φροντίζω το Περιβάλλον-Περιβάλλον»

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2020-21

Σελ. 2



Θεματικός Κύκλος:
Φροντίζω το Περιβάλλον
Επιμέρους Θεματική Ενότητα/Υποενότητα:
Περιβάλλον

Υγιή παιδιά, Υγιής πλανήτης

Υγιή παιδιά, Υγιής πλανήτης

Στόχοι Σχεδίου Δράσης

A) Καλλιέργεια θετικών στάσεων, κατάκτηση της γνώσης μέσω της αλληλεπίδρασης με το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον, ανάδειξη της προσωπικότητας κάθε παιδιού, σύνδεση και συνεργασία με οικογένεια, ποικιλία διδακτικών προσεγγίσεων, χρήση διαφορετικών μεθόδων αναπαράστασης, σύνδεση με γνωστικά αντικείμενα (Μελέτη Περιβάλλοντος, Γεωγραφία, Γλώσσα, Μαθηματικά, Φυσική, Εικαστικά, Κοινωνική και Πολιτική Αγωγή, Φυσική Αγωγή)

B) Οι μαθητές να:

- κατανοήσουν τη σχέση της τροφής με τους φυσικούς πόρους του πλανήτη,
- μάθουν για τη διαδρομή της τροφής «από το χωράφι στο ράφι»,
- γνωρίσουν από πού έρχεται η τροφή που καταναλώνουν,
- κατανοήσουν τι σημαίνει «ανθυγιεινή διατροφή» και τις συνέπειές της,
- γνωρίσουν (στο μέτρο που αναλογεί στην ηλικία τους) την έννοια, «οικολογικό αποτύπωμα της διατροφής»,
- κατανοούν και χρησιμοποιούν σωστά τους όρους «οικολογικό αποτύπωμα», «αποτύπωμα άνθρακα», «υδατικό αποτύπωμα», «φυσικοί πόροι», «τροφοχιλιόμετρα»,
- μάθουν να σκέφτονται συνδυαστικά την υγιεινή διατροφή και τη διατροφή χαμηλού οικολογικού αποτυπώματος,
- μάθουν να κάνουν σωστές επιλογές στην καθημερινή τους διατροφή με το διπλό κριτήριο της υγιεινής και χαμηλού αποτυπώματος διατροφής,
- μάθουν να συσχετίζουν την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής με την πυραμίδα του οικολογικού αποτυπώματος,
- γνωρίσουν την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής που αφορά τα παιδιά, και είναι προσαρμοσμένη στις διατροφικές τους ανάγκες,
- μάθουν τα φρούτα και τα λαχανικά που αντιστοιχούν στις 4 εποχές του χρόνου και τη σημασία του «τρώω εποχικά και τοπικά»,
- μάθουν γιατί είναι σημαντικό να προτιμάμε τις λιγότερο επεξεργασμένες τροφές,
- μάθουν να διαβάζουν βασικές πληροφορίες στις ετικέτες των τροφίμων.

Γ) Οι μαθητές να:

- διασκεδάσουν μαθαίνοντας για τη διατροφή και να αισθανθούν την ευεξία που προσφέρει στο σώμα η άσκηση και η υγιεινή διατροφή,



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

- καλλιεργήσουν την αίσθηση της γεύσης, της όσφρησης ώστε να εκτιμάνε τα τρόφιμα (ιδίως φρούτα και λαχανικά) για τη διατροφική τους αξία, τη φρεσκάδα και τη νοστιμιά τους και όχι για την εμφάνισή τους,
- καλλιεργήσουν την αίσθηση της αφής και να διασκεδάσουν μαγειρεύοντας απλά πιάτα,
- αποκτήσουν τη συνήθεια της επιλογής του σπιτικού φαγητού, όπου είναι δυνατό, αντί του έτοιμου,
- αποκτήσουν τη συνήθεια της επιλογής εποχικών και τοπικών τροφίμων,
- αποκτήσουν τη συνήθεια της τακτικής άσκησης ως μέρους μια υγιεινής ζωής με υγιεινή διατροφή,
- καλλιεργήσουν τη γεύση τους και το γούστο τους για τροφές με λιγότερη ζάχαρη και αλάτι και με λιγότερες θερμίδες,
- αποκτήσουν τη συνήθεια να τρώνε με την οικογένειά τους και τους φίλους τους,
- αποκτήσουν τη συνήθεια να τρώνε μικρά και τακτικά γεύματα και να τα διακρίνουν από τα τσιμπολογήματα,
- καταστούν ικανοί να συνδυάζουν τις τροφές και να συγκροτούν ένα υγιεινό μενού ημερήσιο και εβδομαδιαίο επηρεάζοντας και τους γονείς τους και όλη την οικογένεια,
- αποκτήσουν συνήθειες υγιεινής διατροφής και ζωής που θα τους μείνουν εφ' όρου ζωής,
 - καταστούν ικανοί να τεκμηριώνουν με απλά λόγια τις διατροφικές τους επιλογές με κριτήριο την υγεία του σώματος και του πλανήτη,
 - καλλιεργήσουν την ικανότητα να αντιστέκονται στο εύκολο, γρήγορο, έτοιμο και νόστιμο (λόγω της πολλής ζάχαρης ή αλατιού ή άλλων πρόσθετων υλικών) φαγητό,
 - συνεργάζονται μεταξύ τους και με την οικογένειά τους για την προετοιμασία του φαγητού και την επιλογή του,
 - αναλαμβάνουν ρόλο στην οικογένεια στην προετοιμασία, φύλαξη, συντήρηση και αγορά τροφίμων,
 - μάθουν να βλέπουν κριτικά τις διαφημίσεις των τροφίμων και να διασταυρώνουν τους ισχυρισμούς περί υγείας των τροφίμων με την προσεκτική ανάγνωση των συστατικών της τροφής,
 - καλλιεργήσουν δύναμη αντίστασης στις δημοφιλείς αλλά ανθυγιεινές επιλογές των συνομηλίκων τους,
 - καλλιεργήσουν θετική στάση απέναντι στον σχολικό λαχανόκηπο και στην κομποστοποίηση,
 - εκτιμούν τα τοπικά προϊόντα για τη γεύση τους, τη συμβολή τους στη μείωση του οικολογικού αποτυπώματος και την τοπική οικονομία,
 - ελαχιστοποιούν τη σπατάλη τροφίμων κάνοντας μετρημένες επιλογές στην ποσότητα που βάζουν στο πιάτο τους,
 - αξιοποιούν το περίσσειμα της τροφής για να βοηθήσουν ανθρώπους που έχουν ανάγκη (μέσα π.χ. από το δίκτυο της οργάνωσης «Μπορούμε»),
 - αποκτήσουν τη συνήθεια να τρώνε συνειδητά, όχι μπροστά σε οθόνη, και αν είναι δυνατό με ένα τουλάχιστο μέλος της οικογένειας ή με παρέα,
 - αλλάξουν τον τρόπο που αντιμετωπίζουν το πάρτι επαναπροσδιορίζοντας την ουσία του (μοιρασιά, ρεφενέ, χαμηλό κόστος, παιχνίδι, ύπαιθρος, λιτό και υγιεινό φαγητό, όχι σπατάλη, όχι σκουπίδια, αλληλεγγύη κλπ.).

Ακολουθία εργαστηρίων



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Εργαστήριο 1

Μια σούπερ νόστιμη μέρα

Ετοιμασία ταξιδιού-καταγραφή διατροφικών συνηθειών

Εισαγωγή των μαθητών/τριών στο θέμα του προγράμματος και προετοιμασία για το ταξίδι στη διατροφή, με την παρουσίαση βασικών εργαλείων του προγράμματος (κοσμικό διατροφικό ρολόι, εισιτήρια, αξιολόγηση της δραστηριότητας). Προσέγγιση της έννοιας της τροφής ως πηγή ενέργειας και αποτύπωση των αγαπημένων φαγητών των παιδιών. Στην αρχή κάθε νέας δραστηριότητας-«ταξιδιού» οι μαθητές χρησιμοποιούν το εισιτήριό τους, ενώ στο τέλος δημιουργούν ένα σουβενίρ που μεταφέρουν στο σπίτι και το οποίο λειτουργεί τόσο ως εργαλείο αξιολόγησης για τη δραστηριότητα, όσο και ως το μέσο μεταφοράς της νέας γνώσης στο οικογενειακό πλαίσιο.

1. Ενημερώνουμε τα παιδιά για την έναρξη του προγράμματος «**Υγιή παιδιά, Υγιής πλανήτης**» και συγκεντρώνουμε πληροφορίες από τις απαντήσεις των παιδιών στα παρακάτω ερωτήματα, τις οποίες και καταγράφουμε:
 - Τι τρώμε;
 - Γιατί τρώμε;
 - Ποιο είναι το αγαπημένο μας φαγητό;
2. Ταυτόχρονα ενημερώνουμε τους γονείς για το πρόγραμμα, στέλνοντας ηλεκτρονικά την παρακάτω επιστολή:

Αγαπητοί γονείς

Στόχος του προγράμματος είναι να εκπαιδεύσει τα παιδιά του σχολείου μας να υιοθετήσουν διατροφικές συνήθειες που κάνουν καλό στην υγεία τους και στο περιβάλλον. Με βάση το σχολείο και με την καθοδήγηση μας, τα παιδιά θα κατανοήσουν το οικολογικό αποτύπωμα της διατροφής, θα μάθουν να τρέφονται πιο υγιεινά, πώς θα μειώσουν την σπατάλη τροφίμων, και θα παροτρυνθούν να ακολουθήσουν ένα διατροφικό πρότυπο που θα τα βοηθήσει να αναπτυχθούν σωστά και ταυτόχρονα να γίνουν συνειδητοποιημένοι αυριανοί πολίτες.

Όμως τίποτα δεν πρόκειται να συμβεί χωρίς τη συμμετοχή σας! Η συμβολή σας είναι καθοριστική στη βελτίωση της διατροφικής συμπεριφοράς των παιδιών σας. Τα παιδιά μαθαίνουν από εσάς και σας μιμούνται. Οποιαδήποτε προσπάθεια στο σχολείο δε3ν θα έχει τα προσδοκώμενα αποτελέσματα, αν δεν βρει ανταπόκριση στο οικείο περιβάλλον του σπιτιού.

Σταδιακά θα σας προωθούμε μια σειρά από πρακτικές οδηγίες και συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να συμμετέχετε ενεργά στην προσπάθεια που καταβάλλουμε να μεγαλώσουν βιώσιμα όλα τα παιδιά της χώρας μας. Για τους παραπάνω σκοπούς σας παρακαλούμε να απαντήσετε και να επιστρέψετε ηλεκτρονικά, συμπληρωμένο το ερωτηματολόγιο που σας επισυνάπτουμε.

Στέλνουμε στους γονείς ένα ερωτηματολόγιο που έχουμε συντάξει με



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

στόχο να καταγράψουμε τις προτιμήσεις των παιδιών στην επιλογή τροφής (Ποια δημητριακά τρως, ποια είναι τα αγαπημένα σου φρούτα, σου αρέσουν τα αυγά, ποια είναι τα αγαπημένα σου φαγητά με κρέας ή κοτόπουλο, κάθε πότε πίνεις γάλα, τρως γιαούρτια και τυριά, πόσο συχνά τρως γλυκά και παγωτά; κλπ).

3. Αξιοποιούμε τα πλαστικά φρούτα και λαχανικά της τάξης και παίζουμε με αυτά μαθαίνοντας : ομαδοποιούμε σε κατηγορίες, χωρίζουμε σε σύνολα αξιοποιώντας διαφορετικά κριτήρια (σχήμα, μέγεθος, χρώμα, είδος κλπ), κάνουμε σειροθετήσεις κατά μέγεθος στα όμοια τρόφιμα.
4. Χωρίζουμε τα τρόφιμα που μας έχουν αναφέρει τα παιδιά σε κατηγορίες (φρούτα, λαχανικά, γλυκά, όσπρια, ξηροί καρποί, ζυμαρικά, κρέατα, θαλασσινά κλπ.) που ονομάζουν τα παιδιά αξιοποιώντας τις πρότερες γνώσεις τους και φτιάχνουμε έναν πίνακα αναφοράς. Παίζουμε σχετικά διαδικτυακά παιχνίδια:

<https://wordwall.net/el/resource/1884679/%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%AE>

<https://wordwall.net/el/resource/1913858/%CF%86%CF%85%CF%83%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%B1%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%AE>

<https://wordwall.net/el/resource/2030173/%CE%B7-%CE%BA%CF%85%CF%81%CE%AF%CE%B1-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%AE>

5. Πραγματοποιούμε τη δραστηριότητα «τα καύσιμά μας» της ενότητας «Μια σουπέρ νόστιμη μέρα» από το πρόγραμμα, σελ. 8. Επίσης εμπεδώνουμε την αξία της τροφής ως καύσιμου για τον ανθρώπινο οργανισμό παίζοντας το παρακάτω παιχνίδι:

<https://phet.colorado.edu/en/simulation/legacy/eating-and-exercise#translations-header>

6. Συμπληρώνουμε έναν πίνακα διπλής εισόδου με την αποδελτίωση του ερωτηματολογίου των γονιών, με απώτερο στόχο να έχουμε καταγεγραμμένες τις προτιμήσεις των παιδιών στο φαγητό.
7. Ακολουθούν οι δραστηριότητες «το αγαπημένο μου φαγητό», σελ. 8 και «γεύμα στον τοίχο», σελ. 8, του προγράμματος.
8. Φτιάχνουμε μια πινακοθήκη με τα πιάτα των 3 γευμάτων που έχουν δημιουργήσει τα παιδιά κατά τη διάρκεια των παραπάνω δραστηριοτήτων. Ακολουθεί ομαδική συζήτηση και καταγραφή συμπερασμάτων, σχολίων και παρατηρήσεων με αφορμή τις προτιμήσεις και τις αποτυπώσεις των 3 βασικών γευμάτων από



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>τους μαθητές.</p> <p>Παρακολουθούμε οπτικοποιημένο το παραμύθι «Το πιο γλυκό ψωμί» και με έναυσμα αυτό ακολουθεί συζήτηση για την κατανάλωση ενέργειας και την ανάγκη αναπλήρωσής της από το φαγητό καθώς και για την διατροφική αξία των δημητριακών. Δραματοποιούμε τη διαδικασία παραγωγής ψωμιού με το «Ο γεωργός πάει στον αγρό».</p> <p>Αξιολόγηση εργαστηρίου</p> <p>Οι μαθητές λένε τι τους άρεσε περισσότερο από τα παιχνίδια που παίξαμε. Τι θυμούνται; Τι έμαθαν για την τροφή; Ετοιμάζουμε τις βαλίτσες μας για το 1^ο διατροφικό μας ταξίδι, τα εισιτήριά μας, τον χάρτη μας.</p>
<p>Εργαστήριο 2</p>	<p>Μια μερίδα πλανήτη, παρακαλώ! - Ο γύρος του κόσμου</p> <p>Γύρος του κόσμου, το οικολογικό αποτύπωμα της διατροφής μας</p> <p>Μέσω της αφήγησης μίας ιστορίας και την προβολή βίντεο, παρουσιάζεται η διαδικασία παραγωγής της τροφής και προσεγγίζεται η έννοια του οικολογικού αποτυπώματος (φυσικοί πόροι που αξιοποιήθηκαν για την παραγωγή της τροφής, και οι ρύποι από τη διαδικασία παραγωγής της). Ιχνηλατούμε τη διαδρομή της τροφής και τις επιπτώσεις της στο περιβάλλον.</p> <p>Σήμερα ξεκινάμε το ταξίδι μας με έναν μικρό γύρο του κόσμου! Μοιράζουμε και τρυπάμε τα εισιτήρια.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Πραγματοποιούμε τη δραστηριότητα: Το οικολογικό αποτύπωμα της τροφής μας, σελ. 13 του προγράμματος. 2. Συνεχίζουμε με τη δραστηριότητα: Το οικολογικό αποτύπωμα της τροφής μας , Παιχνίδι ρόλων, σελ. 16 του προγράμματος. <p>Υλικό που θα χρειαστούμε και θα αξιοποιήσουμε για τη δραστηριότητα: Το μικρό σποράκι</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.youtube.com/watch?v=XnA9wI4dUHQ <p>Ο ψαράς και η γυναίκα του</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.youtube.com/watch?v=ygLIImRFSuPE <ol style="list-style-type: none"> 3. Ακολουθεί συζήτηση στην ολομέλεια για το πόσο σημαντική είναι η γεωργία και τα δημητριακά στη διατροφή μας και στην ζωή μας. Τόσο σημαντικά που οι αρχαίοι είχαν φτιάξει μια θεά για να τα προστατεύει. Αφηγούμαστε στα παιδιά την ιστορία της θεάς Δήμητρας και παρακολουθούμε σχετικά βίντεο: https://www.youtube.com/watch?v=11Ht8-aiyXI ,https://www.youtube.com/watch?v=Oo7PNA1VNiA. Το ίδιο ισχύει και για τον θεό Ποσειδώνα, που η ύπαρξή του δηλώνει τη σημαντικότητα της θάλασσας για τη διαβίωση του ανθρώπου. 4. Συνεχίζουμε τη δραστηριότητα: «Πώς έγινα πιάφι!» από τη σελ. 16 του προγράμματος. Αξιοποιούμε το Φύλλο εργασίας 2.4 (Ένας κόκκος ρυζιού λέει την ιστορία του) για να συζητήσουμε σε βασικές έννοιες. Όπως διατροφικό αποτύπωμα, απόρριμμα, ενέργεια και κατανάλωση



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

νερού. Καταγράφουμε τα παράπονα του ρυζιού δε ένα χαρτονάκι και αυτό αποτελεί το σουβενίρ της εβδομάδας μαζί με μια πατούσα που γράφει τις λέξεις που θα φυλάξουμε για αυτή την εβδομάδα στη βαλίτσα μας.

5. Τα παιδιά παρουσιάζουν από 5 τρόφιμα που υπάρχουν στο σπίτι τους συσκευασμένα ή μη τρόφιμα και παίζουμε με αυτά προσπαθώντας να βρούμε το διατροφικό τους αποτύπωμα. Όλα θα τα αξιοποιήσουμε μαγειρεύοντας τα και τρώγοντας τα. Όλα αυτά που έχουν μακρά ημερομηνία λήξης αποφασίζουμε να τα δωρίσουμε -μέσω του Δήμου- σε οικογένειες που έχουν πληγεί από την πανδημία και τα έχουν ανάγκη.
6. Υιοθετούμε μια καινούργια ρουτίνα επικοινωνίας με τους γονείς. Κάθε Παρασκευή απόγευμα συνδεόμαστε διαδικτυακά για 15 λεπτά, μοιραζόμαστε τις διατροφικές μας ανησυχίες και προβληματισμούς, συζητάμε για την πορεία του προγράμματος στο σχολείο. Η «διατροφική ενημέρωση» αποστέλλεται και γραπτώς στα email των γονιών.

Αξιολόγηση εργαστηρίου

Τι δεκατιανό φάγαμε σήμερα; Το δεκατιανό μας έχει χαμηλό ή υψηλό διατροφικό αποτύπωμα; Έχει κάνει μεγάλο κακό στον πλανήτη; Τι θα έπρεπε να ξέρουμε για τα συστατικά του; Πόσες πατουσίτσες θα του βάζαμε;

Εργαστήριο 3

Ανθρώπινες πυραμίδες νόστιμες και υγιεινές!

Ο γύρος της Μεσογείου

Με αφητηρία δύο αντιστρόφως ανάλογες πυραμίδες, της μεσογειακής διατροφής και της περιβαλλοντικής πυραμίδας, παρουσιάζεται στα παιδιά η σύνδεση της μεσογειακής διατροφής με την περιβαλλοντική επιβάρυνση που προκαλούν οι τροφές που καταναλώνουμε. Η χρήση των δύο πυραμίδων απεικονίζει και τη βασική ιδέα του προγράμματος: η μεσογειακή διατροφή είναι καλή και για το περιβάλλον.

1. **Ο χορός των μπιζελιών, Κινητικό παιχνίδι**, σελ. 24 από το Υγιή παιδιά, υγιής πλανήτη, 11 δραστηριότητες για μαθητές 5-11 ετών
2. Τραγουδάμε από τη Λιλιπούπολη, «**Ο χορός των μπιζελιών**» και αξιοποιώντας εικόνες από το διαδίκτυο αναγνωρίζουμε τα λαχανικά που αναφέρονται στο τραγούδι.
3. **Λαχανοσυλλέκτες**, Παιχνίδι «τυφλής γευσιγνωσίας» και αντιστοίχισης με κάρτες, σελ. 24 από το Υγιή παιδιά, υγιής πλανήτη, 11 δραστηριότητες για μαθητές 5-11 ετών. Επιπλέον συζητάμε με τα παιδιά τι μας προσφέρουν τα φρούτα και τα λαχανικά και κατανοούμε γιατί είναι απαραίτητα για τον οργανισμό μας. Παίζουμε διαδικτυακά παιχνίδια ταύτισης και μνήμης αξιοποιώντας το φωτογραφικό υλικό της δραστηριότητας. Τα παιδιά γράφουν το καθένα τη δική του λίστα της λαϊκής αγοράς συμβουλευόμενα τις κάρτες αναφοράς του υλικού.
4. Συζητάμε για τις βασικές θρεπτικές ουσίες των τροφών: υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λιπαρά βιταμίνες και φυτικές ίνες. Τι από αυτά μας προσφέρει κάθε κατηγορία τροφής; Γιατί είναι όλα απαραίτητα για το σώμα μας; Ζωγραφίζουμε ένα γεύμα που να περιέχει τρόφιμα που μας προσφέρουν όλες τις θρεπτικές ουσίες. Θυμόμαστε το διατροφικό αποτύπωμα και παρατηρούμε αν το γεύμα που σχεδιάσαμε έχει μεγάλο ή μικρό αποτύπωμα. Πόσα πατουσάκια θα δίναμε στο γεύμα



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>μας;</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Διαβάζουμε το βιβλίο «Το φαγητό δεν είναι μόνο για να χορταίνουμε», της Ελένης Χαρατσή-Γιωτάκη, εκδ. Μεταίχμιο. 6. Ακολουθεί η δραστηριότητα Αναποδογυρίζοντας μια πυραμίδα, σελ. 24 από το Υγιή παιδιά, υγιής πλανήτης, 11 δραστηριότητες για μαθητές 5-11 ετών. Συγκρίνουμε τις δύο πυραμίδες. Η διατροφική πυραμίδα μας δείχνει τι πρέπει να τρώμε για να κάνουμε καλό στο σώμα μας και η περιβαλλοντική πυραμίδα τι πρέπει να τρώμε για να μη βλάψουμε τη μαμά-γη. Τι μπορούμε να τρώμε καθημερινά και τι μπορούμε να τρώμε μερικές φορές τη βδομάδα συνδυάζοντας και τις δύο πυραμίδες. 7. Έχουμε ζητήσει από τους γονείς να καταγράψουν το εβδομαδιαίο διατροφικό πλάνο του παιδιού τους και συμπληρώνουμε τη διατροφική πυραμίδα κάθε παιδιού. 8. Ώρα για smoothie φρούτων. Συνεργαζόμαστε για να το ετοιμάσουμε. <p>Αξιολόγηση εργαστηρίου</p> <p>Τι μάθαμε για τις πυραμίδες; Ποιες λέξεις βάζουμε στην βαλίτσα μας; Παρατηρούμε ο καθένας την προσωπική του διατροφική πυραμίδα. Σκέφτεται κάτι που θα ήθελε να βελτιώσει; Ας ξεκινήσουμε από το πρωινό!</p>
Εργαστήριο 4	<p>Πρωινό σαν βασιλιάς! - Στη χώρα του Πρωινού</p> <ul style="list-style-type: none"> • Καταγραφή προτιμήσεων <p>Κατασκευή κολάζ</p> <p>Τα παιδιά έχουν καταγράψει στο Φύλλο Εργασίας 4.1, με τη βοήθεια των γονιών τους, τι έτρωγαν για πρωινό τις 3 τελευταίες μέρες. Σχολιάζετε με τους μαθητές σας τα ημερολόγια του πρωινού τους. Τι τρώνε τα περισσότερα παιδιά για πρωινό;</p> <p>Φτιάχνετε ένα τραγούδι για το πρωινό αξιοποιώντας το Φύλλο Εργασίας 4.2. Διασκεδάστε επαναλαμβάνοντας όλοι μαζί τους στίχους ρυθμικά.</p> <p>Σε χαρτί του μέτρου τα παιδιά φτιάχνουν ένα κολάζ με φωτογραφίες και ονόματα τροφίμων που χρησιμοποιούν στο πρωινό τους.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Θρεπτικές... πληροφορίες <p>Πυραμίδα και διατροφική αξία</p> <p>Φτιάχνετε, με τη βοήθεια τριών πανιών, μια πυραμίδα στο πάτωμα. Ζητάτε από τα παιδιά να «γίνουν» κάποιες τροφές του πρωινού και να τοποθετηθούν μέσα στην πυραμίδα αυτή της μεσογειακής διατροφής.</p> <p>Στο χαρτί του μέτρου σχεδιάστε το περίγραμμα του σώματος ενός μαθητή. Τα παιδιά σημειώνουν μέσα στο περίγραμμα, με διαφορετικά χρώματα σε ποιο μέρος του σώματος κάνει καλό κάθε μία από αυτές τις τροφές.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ο βασιλιάς της ζάχαρης <p>Παιχνίδι καυτής πατάτας</p> <p>Εξηγείτε στα παιδιά ότι όταν οι τροφές περιέχουν πολλή ζάχαρη και πολύ αλάτι αυξάνεται το βάρος μας περισσότερο από το κανονικό, χαλάνε τα δόντια μας και νιώθουμε πιο κουρασμένοι. Επίσης αυτό έχει ως αποτέλεσμα οι άλλες τροφές, που κάνουν καλό στην υγεία, στην ανάπτυξη, να φαίνονται άνοστες και να τις αποφεύγουμε.</p> <p>Τοποθετείτε στο πάτωμα δυο πανιά διαφορετικού χρώματος. Το ένα αντιστοιχεί στις τροφές με πολλή ζάχαρη και το άλλο στις τροφές με λίγη ζάχαρη. Βάζετε τις φωτογραφίες τροφών που θα βρείτε στα Φύλλα Εργασίας</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>7.1. και 7.2. αναποδογυρισμένες στο πάτωμα και κάνετε έναν κύκλο με τους μαθητές γύρω τους. Η μουσική ξεκινά. Τα παιδιά περνούν τη ζωγραφιά του Βασιλιά της Ζάχαρης (Φύλλο Εργασίας 4.7) από χέρι σε χέρι. Όταν η μουσική σταματήσει, όποιος έχει τον Βασιλιά της Ζάχαρης σηκώνεται από τον κύκλο και διαλέγει μία εικόνα από το πάτωμα. Διαλέγει σε ποιο από τα δυο πανιά θα την τοποθετήσει.</p>
<p>Εργαστήριο 5</p>	<p>Δεκατιανό εναντίον σνακ: 1-0 Στη χώρα του Δεκατιανού</p> <ul style="list-style-type: none"> • Κολατίζοντας μαζί <p>Γιορτινό κολατσιό στην τάξη, μουσική, στατιστικά, καταιγισμός ιδεών</p> <p>Έχετε συμφωνήσει από πριν με τους μαθητές να φάτε το κολατσιό σας όλοι μαζί στην τάξη. Παρουσιάζει ο καθένας αυτό που έφερε από το σπίτι ή αγόρασε από το κυλικείο. Δεν το τρώμε ακόμη. Από την πιατέλα μας κερνάμε καρότα, αγγουράκια και σταφίδες. Κάνετε απλές κατηγοριοποιήσεις του κολατσιού (φρούτα, συσκευασμένες τροφές, κλπ.).</p> <p>Τι φέραμε να πιούμε; Νερό, αναψυκτικό, χυμό, σοκολατούχο γάλα; Φτιάχνετε έναν απλό πίνακα με «στατιστικά» ως εξής:</p> <p>Μία στήλη με ονόματα των παιδιών, μία με φωτογραφία ή σκίτσο από το κολατσιό που έφεραν, μία με το ρόφημα και μία στήλη που δηλώνει ποιος ετοίμασε το κολατσιό.</p> <p>Συζητάμε γιατί είναι καλύτερο να φέρνουμε φαγητό που ετοιμάστηκε στο σπίτι, παρά κάτι αγοραστό. Συνοψίζουμε τον χρυσό κανόνα: όσο λιγότερο επεξεργασμένη και βιομηχανοποιημένη είναι η τροφή μας, τόσο καλύτερη για την υγεία μας και το περιβάλλον. Εμφανίζετε την μπανάνα που έχετε φέρει. Ποιος άλλος έχει φέρει μπανάνα; Από πού είναι; Η δική σας τουλάχιστον δεν είναι από την Κρήτη, αλλά εισαγόμενη, από την Αφρική ή τη Λατινική Αμερική. Αξιοποιούμε τα Φύλλα Εργασίας 5.1, 5.2 και 5.3 με την ιστορία της μπανάνας και τις χιλιομετρικές αποστάσεις για να μετρήσουμε τα τροφοχιλιόμετρα της μπανάνας. Στην υδρόγειο σφαίρα βρίσκουμε τη χώρα προέλευσης της μπανάνας. Με μια κλωστή «μετράμε» την απόσταση ως την Ελλάδα. Έτσι οπτικοποιούμε με απλό τρόπο τα τροφοχιλιόμετρα.</p> <p>Κάνετε καταιγισμό ιδεών πώς θα μπορούσαμε να βελτιώσουμε τις επιλογές μας, ώστε το κολατσιό μας να είναι πιο υγιεινό και να έχει μικρότερο οικολογικό αποτύπωμα. Τρώμε το κολατσιό μας, κερνάμε ο ένας τον άλλον, ακούμε μουσική, τραγουδάμε.</p> <p>Διαχωρίζουμε τα σκουπίδια από τις συσκευασίες, τα τοποθετούμε στα αντίστοιχα κουτιά και τα ανακυκλώνουμε, αφού προηγουμένως βεβαιωθούμε ότι οι συσκευασίες είναι καθαρές. Κρατάμε τα κουτιά στην τάξη και καθιερώνουμε τη συνήθεια του διαχωρισμού υλικών και της ανακύκλωσης. Περίσεψε φαγητό;</p> <p>Τι μπορεί να πάει στον κομποστοποιητή (αν έχουμε στο σχολείο); Τι μπορεί να φυλαχθεί για να φαγωθεί αργότερα, τι μπορεί να προσφερθεί σε συμμαθητή; Θυμόμαστε ότι δεν πετάμε φαγητό.</p>
<p>Εργαστήριο 6</p>	<p>Κάθε πράγμα στον καιρό του κι ο κολιός τον Αύγουστο; Στη χώρα του Μεσημεριανού</p> <ul style="list-style-type: none"> • Τα κάναμε σαλάτα <p>Συζήτηση, καλλιτεχνικά</p> <p>Ανακαλείτε με τους μαθητές σας τη θέση των λαχανικών στις δύο πυραμίδες διατροφής (Φύλλο Εργασίας 3.2). Ο καθένας ζωγραφίζει και κόβει το</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

αγαπημένο του λαχανικό/σαλατικό. Οι μαθητές συνδυάζουν τις ζωγραφιές τους για να φτιάξουν νόστιμες σαλάτες που σερβίρουν στο πιάτο (**Φύλλο Εργασίας 6.1**). Στη συνέχεια όλη η τάξη βραβεύει την πιο νόστιμη σαλάτα, την πιο υγιεινή και την πιο πολύχρωμη!

- **Το παιχνίδι των τεσσάρων εποχών**

Κινητικό παιχνίδι και ανάκληση γνώσεων

Τοποθετείτε στις τέσσερις γωνίες της τάξης από ένα χρωματιστό πανί, ένα για κάθε εποχή του χρόνου. Μουσική υπόκρουση οι Τέσσερις Εποχές του Βιβάλντι. Οι μαθητές, όταν η μουσική σταματήσει, πρέπει να σταθούν στο σωστό πανί/εποχή που αντιστοιχεί στο λαχανικό της προτίμησής τους. Παρατηρείτε όλοι μαζί πού έχει σταθεί το κάθε παιδί. Σωστά ή λάθος; Σχολιάζετε συνολικά τα λαχανικά της κάθε εποχής του χρόνου.

Γιατί βρίσκουμε πια όλα τα λαχανικά όλες τις εποχές του χρόνου; Τι συνέπειες έχει αυτό; Πώς λειτουργεί ένα θερμοκήπιο και τι μπορεί να «κοστίζει» στο περιβάλλον και στην υγεία μας (περισσότερα φυτοφάρμακα, ενέργεια, κλπ.); Τι μπορεί να σημαίνει ένα προϊόν που εισάγεται από άλλες χώρες;

- **Ψαρόσουπα**

Παιχνίδι ρόλων

Επιστρέψτε στην πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής. Πού βρίσκονται τα ψάρια σε σχέση με το κρέας; Γιατί μας είναι απαραίτητα; Χωρίζετε τα παιδιά σε ομάδες και μοιράζετε τις κομμένες καρτέλες ρόλων (**Φύλλο Εργασίας 6.2**) και το **Φύλλο Εργασίας 6.3**. Στήνετε μαζί τους το σκηνικό στην τάξη. Μία γωνιά, ορίζεται ως θάλασσα, μία ως κουζίνα και μία ως ταβέρνα.

Οι μαθητές παίρνουν θέσεις ανάλογα με το ρόλο τους και το παιχνίδι ξεκινάει. Είναι Ιούνιος! Πετάτε όλα τα ψάρια της ημέρας Α και Γ (**Φύλλο εργασίας 6.4**) στη θάλασσα και καλείτε τους ψαράδες να ψαρέψουν χωρίς να τους δώσετε καμία άλλη οδηγία. Κάποια στιγμή, παρεμβαίνει ο λιμενικός και ελέγχει, ενδεικτικά, τις ψαριές των ψαράδων. Όσα ψάρια δεν έχουν το επιτρεπόμενο μέγεθος τα επιστρέφουμε στη θάλασσα. Στη συνέχεια ο εστιατορας διαλέγει κάποια ψάρια βάσει της συνήθους ζήτησης και των τιμών. Ο εστιατορας τα παραδίδει στον μάγειρα, ο οποίος γκρινιάζει γιατί κάποια είναι πιο μπελάς στο μαγείρεμα. Έρχεται η σειρά των πελατών και του σερβιτόρου. Άλλοι θέλουν γόνο για τα παιδιά τους, άλλοι μεγάλο ψάρι χωρίς κόκαλα κ.ο.κ. Τους αφήνετε λίγο να παίξουν. Περνάει ο εθελοντής του WWF, ο οποίος κολλάει στο εστιατόριο την αφίσα, όπου αναγράφεται το ελάχιστο επιτρεπόμενο για αλιεία μέγεθος κάθε ψαριού. Θα τη βρείτε εδώ:

<http://www.wwf.gr/images/pdfs/FishTips56X100.pdf>.

Με το χαρακάκι τους (**Φύλλο Εργασίας 6.5**) τα παιδιά ελέγχουν αν τα ψάρια που παρήγγειλαν είναι στο σωστό μέγεθος.

Αν δεν είναι, αλλάζετε την παραγγελία.

Εργαστήριο 7

Τρέξε τρέξε, μικρούλη...

Στη χώρα του Απογευματινού

- **Απόγευμα δράσης και απόλαυσης - Νους υγιής εν σώματι υγιεί**

Κινητικό παιχνίδι, καταγραφή ιδεών

Το ταξίδι αυτό ξεκινά με παιχνίδι στην αυλή. Καλείτε τους μαθητές να παίξουν για 10-15 λεπτά ένα έντονα κινητικό παιχνίδι, μήλα, μπάλα, σκυταλοδρομίες κλπ. Μόλις σφυρίζετε τη λήξη του, τους συγκεντρώνετε και ρωτάτε αν πεινάνε ή διψάνε και τι ακριβώς ...ορέγονται περισσότερο. Τους αφήνετε να πιουν νερό και τους κερνάτε σταφίδες.

Οι μαθητές ζωγραφίζουν τη φυσική δραστηριότητα που κάνουν εκτός σχολείου και το σνακ που τρώνε αμέσως μετά. Ζητάτε από τους μαθητές να σταθούν σε



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>κύκλο. Επιλέγετε τυχαία κάποιον μαθητή και ζητάτε να πει ποιο σνακ είχε σημειώσει στο δεύτερο χαρτάκι. Αν κάποιος είχε γράψει το ίδιο σνακ, αλλάζει θέση μαζί του. Έτσι μπορείτε εύκολα να παρατηρήσετε ποια είναι τα αγαπημένα σνακ. Τώρα ζητάτε από τους μαθητές να χωριστούν σε δύο ομάδες ανάλογα με το αν προτιμούν/ τρώνε σνακ που αγόρασαν έτοιμα απέξω ή που τα ετοίμασαν οι γονείς τους στο σπίτι. Παίζετε τη διελκυστίνδα: τους δίνετε ένα σχοινί και κάθε μία από τις δύο ομάδες που έχουν σχηματιστεί τραβάει το σχοινί προς το μέρος της προσπαθώντας να παρασύρει την άλλη ομάδα.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ένας ουρακοτάγκος στο μπισκότο μας <p>Βίντεο Παρακολουθείτε το βίντεο με τον ουρακοτάγκο. Ψάξτε μαζί με τα παιδιά τον κρυμμένο ουρακοτάγκο σε 2-3 σνακ (Φύλλο Εργασίας 7.1.). Τα παιδιά αναλαμβάνουν να ζητήσουν από τους γονείς τους να αποφεύγουν αυτές τις τροφές.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Τροφομαχίες Παιχνίδι Υπερατού <p>Παρουσιάζετε την τράπουλα με τις κάρτες (Φύλλο Εργασίας 7.2.). Κάθε κάρτα απεικονίζει ένα πιθανό σνακ ή ποτό και σύμβολα που αντιστοιχούν σε:</p> <p>α) Ενέργεια (πόση προσφέρει) β) Υγεία (συντηρητικά/λιπαρά κλπ) γ) Περιβάλλον (απορρίμματα/τροφοχιλιόμετρα/φυσικές τροφές, όχι πολύ επεξεργασμένες κ.ο.κ.) Στις κάρτες αντιστοιχεί μία βαθμολογία από το 0-5 (5 το πιο καλό, 0 το χειρότερο). Το παιχνίδι παίζεται σε 4-5 μικρότερες ομάδες, όπως το Υπερατού. Σειρά έχει τώρα η υγρή τροφή. Ρωτάτε τους μαθητές πόσα ποτήρια νερό πίνουν την ημέρα. Όποιος πίνει τα πιο πολλά ανακηρύσσεται Σούπερ-Νεροφίδα και λαμβάνει ειδικό μετάλλιο. Κατά τη διάρκεια της χρονιάς το μετάλλιο θα αλλάζει χέρια, πηγαίνοντας κάθε φορά στον πιο... διψασμένο. Δίνουμε στα παιδιά την πληροφορία ότι για την ηλικία τους, 4-8 ετών, συνιστώνται 6-7 ποτήρια την ημέρα. Πώς πίνουν το νερό; Σε ποτήρια; Σε παγούρια; Αγοράζουν μπουκαλάκια; Ποια τα πλεονεκτήματα του παγουριού; Ποια τα πλεονεκτήματα του νερού της βρύσης; Τι θα συνέβαινε αν συγκεντρώναμε όλα τα άδεια πλαστικά μπουκάλια από το νερό μας στην αυλή του σχολείου; Πόσο ψηλός θα ήταν ο πύργος που θα φτιάχναμε; Πόσα χρόνια θα χρειαζόταν η Γη για να διαλύσει το πλαστικό;</p>
<p>Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών</p>	<p>Περιγραφή (π.χ. δίνονται οδηγίες για τη διαφοροποίηση, δίνεται σε πολύγλωσση μορφή, προβλέπονται κατάλληλες προσαρμογές ή κατάλληλα προσαρμοσμένες δράσεις, αναφέρονται παραδείγματα προσαρμογών)</p> <p>Επιλέγεται η διαφοροποιημένη διδασκαλία ως διδακτική προσέγγιση σύμφωνα με την οποία ως εκπαιδευτικοί:</p> <p><u>I. Αναγνωρίζουμε και σεβόμαστε τη διαφορετικότητα.</u></p> <p><u>II. Οργανώνουμε το μαθησιακό περιβάλλον</u> ώστε να δίνονται ευκαιρίες για διαφορετικούς τρόπους εργασίας. Οργανώνεται δηλαδή η τάξη με ποικίλα κέντρα ενδιαφέροντος τα οποία ανανεώνονται ανά τακτά διαστήματα, ώστε να υποστηρίζεται η συνεργασία και η ατομική εργασία και κάθε παιδί να μπορεί να εργαστεί με το δικό του ρυθμό και ταυτόχρονα να υπάρχουν εναλλακτικές προτάσεις για τα παιδιά που ολοκληρώνουν γρήγορα μια δραστηριότητα.</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

	<p>III. Δίνουμε προτεραιότητα για κάθε παιδί:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. στην ετοιμότητά του (το σχέδιο δράσης περιλαμβάνει ανοικτές δραστηριότητες με παιγνιώδη μορφή όπου κάθε μαθητής βρίσκει το δικό του τρόπο να εκφραστεί και να συμμετέχει. Τα παιδιά βρίσκουν τον τρόπο που τους ταιριάζει να εκφραστούν π.χ. ακούγοντας, παρατηρώντας, ζωγραφίζοντας, δραματοποιώντας κ.λ.π.). 2. στα ενδιαφέροντά του (έχουν συλλεχτεί τα ατομικά ενδιαφέροντα των παιδιών από συμπληρωμένα από τους γονείς τους "Δελτία Γνωριμίας Μαθητών" και έχουν αξιοποιηθεί στον σχεδιασμό) 3. στο μαθησιακό προφίλ του (έχει προηγηθεί διερεύνηση και έχει αξιοποιηθεί για να βελτιωθεί και να εμπλουτιστεί το περιβάλλον της τάξης). 4. στη δημιουργία μικρών ομάδων (χρήση συνεργατικής μάθησης. Σε αυτόν τον θεματικό κύκλο οι εκπαιδευτικοί είναι αυτοί που συγκροτούν τις μικρές ομάδες των παιδιών με κριτήρια που κάθε φορά αλλάζουν ανάλογα με τη δραστηριότητα) 5. στην προσφορά εναλλακτικών τρόπων παρουσίασης των γνώσεων και δεξιοτήτων που κατέκτησαν (π.χ. να ζωγραφική, παρουσίαση στην ολομέλεια, δραματοποίηση, χρήση παντομίμας κ.α.). <p>IV. Στηριζόμαστε στην ευελιξία που προσφέρει η μεθοδολογία της Έρευνας Δράσης όπου το κάθε εργαστήριο "ελέγχεται" και αν χρειάζεται (ανα) σχεδιάζονται εναλλακτικές δραστηριότητες για την επίτευξη των στόχων</p>
<p>Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Συνεργασία σχολείου-οικογένειας 2. Συνεργασία με διαιτολόγο
<p>Τελικά προϊόντα που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων</p>	<p>Αφίσα με συνθήματα (αξιολόγηση προγράμματος) Συνταγολόγιο Φωτογραφίες από δραστηριότητες/δράσεις στο σχολείο και το σπίτι Κατασκευές: σακούλα πολλαπλών χρήσεων, στολή μαγειρικής με άχρηστα υλικά,</p>
<p>Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλεία που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων</p>	<p>Σε συνεργασία με τις εκπαιδευτικούς: Ψηφιακά παιχνίδια (ψωνίζω στο σούπερ μάρκετ, αποφασίζω για το φαγητό που μένει,</p>



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

<p>Αξιολόγηση - Αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση</p>	<p>Περιγράφουμε τη μεθοδολογία με την οποία υποστηρίζει το πρόγραμμα την αξιολόγηση, με φύλλα από το προτεινόμενο υλικό, με άλλους τρόπους, δομημένη συζήτηση με τους μαθητές, εννοιολογικοί χάρτες αρχικοί -τελικοί , ...) και επισυνάπτουμε τα εργαλεία</p> <p>Μεθοδολογία: Έρευνα Δράσης: αρχικός σχεδιασμός κάθε εργαστηρίου, παρατήρηση, τήρηση ημερολογίου, ανταλλαγή στοχασμών μεταξύ των εκπαιδευτικών, ανασχεδιασμός επόμενου εργαστηρίου.</p> <p>Λαμβάνονται υπόψη:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Καταγραφές σχολίων, σκέψεων, ιδεών, προτάσεων μαθητών ✓ Φύλλα εργασίας ✓ Έντυπο υλικό του προγράμματος ✓ Φόρμες αξιολόγησης ✓ Εκπαιδευτικό υλικό και κατασκευές που δημιουργήθηκαν από τους μαθητές ✓ Φωτογραφίες και βίντεο που τραβήχτηκαν ✓ Ερωτηματολόγια προς τους γονείς <p><u>Α' στοχασμός επί του αρχικού σχεδιασμού</u> που επικεντρώνεται στο υλικό που αξιοποιήθηκε από την πλατφόρμα:</p> <p>Προκειμένου το σχέδιο δράσης να χαρακτηρίζεται από συνοχή και συνέχεια στη δομή του, τα εργαστήρια <u>θα εμπλουτιστούν με δραστηριότητες και δράσεις</u> από εκπαιδευτικούς σχεδιασμούς προγενέστερων σχολικών χρόνων.</p>
<p>Εκδηλώσεις διάχυσης και Συνολική αποτίμηση της υλοποίησης της υποδράσης</p>	<p>Κείμενο έως 100 λέξεις (με βάση την αξιολόγηση και τον αναστοχασμό) και σε μορφή λίστας.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ξεκίνησε δια ζώσης με ενεργό συμμετοχή των παιδιών και των γονέων. Πολύ καλά δομημένο πρόγραμμα που συνδυάζει τις διατροφικές συνήθειες με το οικολογικό αποτύπωμα των τροφών. Κάποια εργαστήρια είναι αυξημένης δυσκολίας για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, μπορούν να εμπλουτιστούν με το Καλάθι του πικ νικ, όπως κάναμε και εμείς σε συνδυασμό με τις δικές μας αναπροσαρμογές και εμπλουτισμούς δράσεως κα δραστηριοτήτων. • Η διαδικασία της συνεχούς χρήσης διαφορετικών έντυπων ερωτηματολογίων, η αποκωδικοποίησή τους και η συλλογή συμπερασμάτων ενεργοποίησε την σκέψη των παιδιών και ενίσχυσε την εξέλιξη του προγράμματος. • Διακόπηκε το πρόγραμμα λόγω αναστολής της δια ζώσης εκπαίδευσης. Πλήρης αναπλαισίωση σύμφωνα με τα δεδομένα και τις δυνατότητες της σύγχρονης και ασύγχρονης εξ αποστάσεως. Αρχική δυσκολία στην προσαρμογή ειδικά της επεξεργασίας νέων εννοιών. Εμπλουτισμός με τη δημιουργία ψηφιακών εργαλείων. • Εξαιρετική συνολική αποτίμηση, κατάκτηση των στόχων, σύμφωνα και με τα ερωτηματολόγια των γονέων. • Διάχυση: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Παρουσίαση στο μοοc ως καλή πρακτική : <u>Μαθαίνουμε Ψηφιακά, Διδάσκουμε Ψηφιακά - Α' βήματα.</u> ✓ Παρουσίαση στο μάθημα των πρακτικών ασκήσεων της ΠΕ/Εκπ. για την Αειφορία στο ΕΚΠΑ -ΤΕΑΠΗ. ✓ Παρουσίαση σε ημερίδα που μας κάλεσε το 2^ο ΠΕΚΚΕΣ Αττικής.



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

--	--

