



ΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ ΤΣΗ ΚΡΗΤΗΣ

Πρόγραμμα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης
6^ο ΕΠΑΛ Ηρακλείου
Σχολικό έτος 2021-2022

«ΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ ΤΣΗ ΚΡΗΤΗΣ»

- 1) σχολείο : 6ο Ημερήσιο ΕΠΑΛ Ηρακλείου
- 2) τίτλος του προγράμματος : «οι θησαυροί τση Κρήτης»
- 3) κατηγορία στην οποία ανήκει το Πρόγραμμα :
Περιβαλλοντική Εκπαίδευση
- 4)σχολικό έτος :2021 - 2022
- 5) ονοματεπώνυμο και ειδικότητα της συντονίστριας :
Καλλέργη Μαρία ΠΕ88.01
συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί :
Καγιαλής Κωνσταντίνος ΠΕ88.01
Λίβα Άννα ΠΕ87.05
- 6) αριθμό συμμετεχόντων/ουσων μαθητών/ριων : 21



«ΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ»

ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΟΝΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΤΑΣΣΕΤΑΙ ΣΤΗ ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ:

- Τοπικό φυσικό περιβάλλον,
- τοπικά οικοσυστήματα,
- βιοποικιλότητα,
- απειλούμενα είδη,
- ζωική παραγωγή και αγροτική καλλιέργεια,
- προστατευόμενες περιοχές



«ΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ»

Βασικά πεδία σύνδεσης :

- Αρχιτεκτονικής Τοπίου,
- Τεχνολογίας Τροφίμων,
- Φυτικής Παραγωγής,
- Γεωπονίας και αειφόρου ανάπτυξης,
- Αρχές αγροτικής ανάπτυξης



ΚΥΡΙΟ ΘΕΜΑ – ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ

- Βότανα και Αρωματικά φυτά της Κρήτης.
- ενημέρωση για τη χρήση τους από τα βάθη των αιώνων μέχρι και σήμερα
- ταξίδι γεύσεων και αρωμάτων μέσα από την ιστορία τους, την καλλιέργεια τους και τα οφέλη τους στην υγεία μας
- Θεραπευτικές, φαρμακευτικές και καλλυντικές ιδιότητες.
- βιωματική προσέγγιση για τη χρήση τους στην καθημερινή ζωή



ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

Σκοπός του προγράμματος είναι να γνωρίσουν οι μαθητές την βιοποικιλότητα του τόπου μας και τα ενδημικά είδη

- Η απόκτηση γνώσεων που αφορούν τα βότανα και τα αρωματικά φυτά της Κρήτης,
- η ενίσχυση των γνώσεων των μαθητών στο θέμα της καλλιέργειας των βοτάνων,
- η αναγνώριση και η κατανόηση του οφέλους που έχουν στην υγεία και την καθημερινή ζωή,
- η απόκτηση περιβαλλοντικής και οικολογικής συνείδηση.
- Επίσης οι μαθητές να μπορούν να συνεργάζονται, να αναλαμβάνουν ευθύνες, να είναι οργανωτικοί, να παίρνουν πρωτοβουλίες, να τονώνουν την αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμησή τους, να αναπτύσσουν κριτική σκέψη και αντίληψη, να αισθάνονται πρωταγωνιστές και δημιουργοί.



ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ

Βασικές μεθοδολογικές προσεγγίσεις για την υλοποίηση του προγράμματος:

- Ενθάρρυνση πρωτοβουλίας μαθητών (Μαθητοκεντρική διαδικασία)
- Σχέδια εργασίας, έρευνα δράσης κυρίως σε ομάδες,
- Ενεργός συμμετοχή και αλληλεπίδραση των μελών της ομάδας (Συνεργατικότητα)
- Βιωματικότητα - Ανακαλυπτική προσέγγιση θέματος
- Συζήτηση
- ❖ Ο εκπαιδευτικός συντονίζει, καθοδηγεί, ενθαρρύνει, στηρίζει και βοηθάει τους μαθητές όπου χρειάζεται για την υλοποίηση των εργασιών τους.



ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΧΡΗΣΕΙΣ ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ

- Στην διατροφή: μαγειρική, ποτοποιία, αφεψήματα κ.α
- Σαπωνοποιία
- Αρωματοποιία-Καλλυντικά
- Μελισσοκομία
- Φαρμακευτική (παραδοσιακή & σύγχρονη)



ΡΙΓΑΝΗ

- Μαγειρικό και φαρμακευτικό βότανο, προσθέτει γεύση και άρωμα, ενώ έχει πολλά οφέλη και για την υγεία.
- Η ρίγανη χρησιμοποιείται στην βοτανοθεραπεία ακόμα και από τους Αρχαίους Έλληνες. Ο Ιπποκράτης την χρησιμοποιούσε ως αντισηπτικό.
- Περιέχει πολλά αντιοξειδωτικά, ένα από τα οποία είναι και η καρβακρόλη, η οποία έχει αποδειχθεί ότι αντιστρέφει ή μειώνει τις βακτηριακές, μυκητιασικές και ιογενείς λοιμώξεις.



ΘΥΜΑΡΙ

- Εξαιρετικό φυτό και από τα καλύτερα αντισηπτικά και τονωτικά βότανα
- Το εκχύλισμά του μπορεί να προλάβει το κρύωμα, ρίχνει τον πυρετό, καταπολεμά τη γρίπη, τις εντερικές διαταραχές και δερματικές λοιμώξεις.
- Αντισπασμωδικό των πεπτικών οδών, διευκολύνει την πέψη, ηρεμεί τις νευρικές συσπάσεις του στομάχου και του εντέρου.
- Δεν συνιστάται η χρήση του από υπερτασικούς γιατί ανεβάζει την αρτηριακή πίεση
- Στην μαγειρική θεωρείται από τα καλύτερα μυρωδικά για το ψητό κρέας



ΘΡΟΥΜΠΗ

- Θυμίζει κάτι ανάμεσα σε ρίγανη και θυμάρι, είναι ένα αρωματικό ποώδες φυτό, ετήσιο, ευδοκίμει σε όλη την Μεσόγειο και ιδιαίτερα σε ξηρές και πετρώδεις περιοχές
- Από την αρχαιότητα χρησιμοποιείται σαν βότανο για τις διάφορες ασθένειες αλλά και σαν αρωματικό στη μαγειρική
- Δρα ως χωνευτικό και θεωρείται ιδανικό για όλα τα δύσπεπτα πιάτα
- Οι παλιοί Κρητικοί καταπολεμούσαν τις φθειριάσεις των ζώων τους με αφέψημα από θρούμπι, σκέπαζαν ακόμα με φύλλα από θρούμπι το τυρί που έβαζαν στην άλμη για να πάρει το τυρί το άρωμά του.



ΔΙΚΤΑΜΟΣ

- Από τα χαρακτηριστικά φυτά της Κρήτης και από τα αγαπημένα βότανα των Κρητικών, οι οποίοι το χρησιμοποιούν για να καταπολεμήσουν: το συνάχι, τη γρίπη, τους πονοκεφάλους, τις πεπτικές διαταραχές, τους ρευματισμούς κλπ.
- Η εξωτερική χρήση βοηθά στην επούλωση τραυμάτων & στην εξάλειψη των μωλώπων.



ΛΕΒΑΝΤΑ

- Είναι ένας χαμηλός πολυετής θάμνος. Συλλέγεται την περίοδο της πλήρους άνθησης.
- Το αιθέριο έλαιο χρησιμοποιείται στην αρωματοποιία, σαπωνοποιία, φαρμακευτική ως τονωτικό, χαλαρωτικό και αντικαταρροϊκό.



ΦΑΣΚΟΜΗΛΟ

- Το φασκόμηλο είναι παραδοσιακά γνωστό και ως «βότανο της μακροζωίας».
- Είναι πολυετές ποώδες φυτό.
- Συστήνεται ιδιαίτερα για την τόνωση της άμυνας του οργανισμού.
- Ως φαρμακευτικό, ως αφέψημα και ως καρύκευμα.



ΣΠΟΡΑ, ΠΟΛΛΑΠΛΑΣΙΑΣΜΟΣ ΜΕ ΜΟΣΧΕΥΜΑΤΑ & ΚΑΛΛΙΕΡΓΗΤΙΚΕΣ ΦΡΟΝΤΙΔΕΣ ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΑΡΩΜΑΤΙΚΟΥ ΚΗΠΟΥ ΣΤΟ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ





ΣΥΛΛΟΓΗ ΚΑΙ ΑΠΟΞΗΡΑΝΣΗ

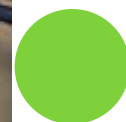




ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΛΑΔΙΑ



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΡΟΦΗΜΑΤΩΝ ΜΕ ΒΟΤΑΝΑ



ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ



Σάλτσα τομάτας με ρίγανη και θυμάρι



Ελιόψωμο & τυρόψωμο
με ρίγανη, θυμάρι και θρούμπη



BIOAROMA NATURAL PRODUCTS

- Πρωτοποριακή εταιρία βιολογικών καλλυντικών και αρωμάτων, στον Άγιο Νικόλαο, φιλική προς το περιβάλλον που ακολουθεί τα πρότυπα της αειφόρου ανάπτυξης.



BIOAROMA NATURAL PRODUCTS

- Βιολογικές καλλιέργειες,
- αποστακτήριο για την παραγωγή-απόσταξη αιθέριων ελαίων
- επισκέψιμο μουσείο
- κατάστημα με προϊόντα από αρωματικά φυτά
- κήπο με βότανα



Οι μαθητές ενημερώθηκαν για τις καλλιέργειες των αρωματικών φυτών, τις μεθόδους επεξεργασίας και απόσταξης τους καθώς και για τα φαρμακευτικά & καλλυντικά προϊόντα που παράγονται από αυτά, τη χρήση τους και την ευεργετική επίδραση στον οργανισμό μας και γενικότερα στην υγεία μας.



ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ 1^Ο Ε.Κ.

- Φύτευση (σχ έτος 2020-2021) και
- Καλλιεργητικές φροντίδες - συντήρηση του αρωματικού κήπου στον αύλιο χώρο του 1^{ου} Εργαστηριακού Κέντρου Ηρακλείου.



ΠΡΟΒΟΛΗ – ΔΙΑΧΥΣΗ

- Ανάρτηση δράσεων - υλικού στο blog του σχολείου.

<https://blogs.sch.gr/6epal-irakl/>

Και στο ηλεκτρονικό ημερολόγιο δράσεων –
ηλεκτρονικό βιβλίο δραστηριοτήτων 6^{ου} ΕΠΑΛ

<https://docs.google.com/document/d/1L95-1JGKHtfVzEdzzsoqiYdxWgp7PL-8QYCsJeRHKXc/edit>

- Παρουσίαση στο σχολείο με ppt



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

- Με την ολοκλήρωση του Προγράμματος «Οι θησαυροί της Κρήτης» και παρά τις δυσκολίες που υπήρξαν λόγω του κορονοϊού, αξιολογώντας κριτικά μπορούμε να πούμε ότι οι στόχοι επιτεύχθηκαν σε μεγάλο βαθμό.
- Η προθυμία για συμμετοχή από το σύνολο των μαθητών στις δραστηριότητες λειτούργησε ενθαρρυντικά στην έκβαση του προγράμματος και στο θετικό αποτέλεσμα, καθώς η θεματολογία της δράσης άπτεται των βιωματικών εμπειριών.
- Οι δυσκολίες που είχαμε ήταν λόγω των περιοριστικών μέτρων κατά της διασποράς του covid19 – πανδημία, όπου είχαν τεθεί υπό αναστολή οι σχολικές επισκέψεις για το μεγαλύτερο χρονικό διάστημα της χρονιάς και έτσι δεν καταφέραμε να πραγματοποιήσουμε όλες τις επισκέψεις - δράσεις τις οποίες είχαμε σχεδιάσει αρχικά.



- Οι μαθητές συνεργάστηκαν άψογα σε κάθε δραστηριότητα και εργασία!
- Γνώρισαν, καλλιέργησαν, χρησιμοποίησαν αρωματικά φυτά του τόπου μας
- Κατανόησαν τα οφέλη που έχουν τα βότανα στην υγεία μας
- Με την εκπόνηση του προγράμματος καλλιεργήθηκε το «καλό κλίμα» στην τάξη
- Οι μαθητές ανέπτυξαν δεξιότητες όπως υπευθυνότητα, αλληλεπίδραση, συνεργασία & σεβασμός



Αξίζει να αναφερθεί ότι το ενδιαφέρον των μαθητών ήταν αμείωτο από την αρχή ως το τέλος!



«Είναι Άνοιξη πα.

Δεν χωράει η πίκρα μέσα στο φως...»

Γιάννης Ρίτσος

