

Εργαστήριο Δεξιοτήτων

Θεματική Ενότητα : ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥΖΗΝ

Υποθεματική : ΥΓΕΙΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ-ΑΥΤΟΜΕΡΙΜΝΑ, ΟΔΙΚΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑ

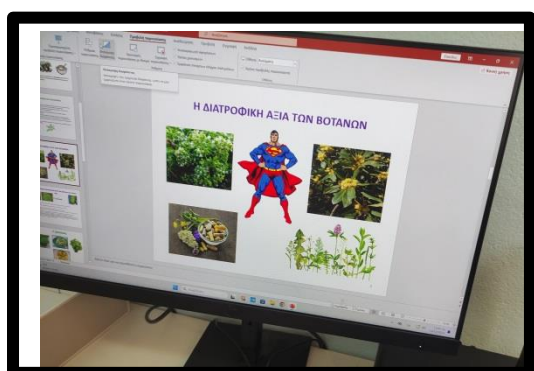
Τίτλος : «Υγιεινή Διατροφή - Η Διατροφική Αξία των Βοτάνων»

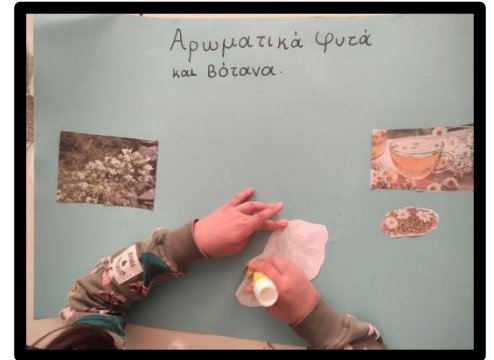
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ 1. Περιγραφή και αποτίμηση :

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα: Να κατανοήσουν την έννοια «βότανο» και τη σημασία τους στη διατροφή.

Μεθοδολογία / Υλικά Υλοποίησης : Προβολή παρουσίασης ως εποπτικό μέσο διδασκαλίας, Ομαδοσυνεργατική Μέθοδος. Μέθοδος project.

Οι μαθητές/ τριες της τάξης παρακολούθησαν μια σύντομη παρουσίαση στον υπολογιστή της τάξης με θέμα « τα βότανα και η μαγειρική» από την υπεύθυνη εκπαιδευτικό. Έπειτα, ξεφύλλισαν το βιβλίο της Ευγενίας Φακίνου με τίτλο «Αγριολούλουδα και βότανα» και έπαιξαν με τα αυτοκόλλητα των βοτάνων που υπάρχουν στο τελευταίο κεφάλαιο του βιβλίου. Τα παιδιά κατανόησαν ότι όταν λέμε βότανο εννοούμε ένα φυτό με βλαστό, φύλλα, άνθος το οποίο χρησιμοποιούμε, είτε στη φρέσκια είτε στην αποξηραμένη του μορφή, για να νοστιμίζουμε τα φαγητά μας. Στο τέλος, σαν τελική αποτίμηση της δράσης, ζητήθηκε από τα παιδιά να κόψουν φωτογραφίες και εικόνες βοτάνων που παρουσιάστηκαν στην προβολή. Με αυτές έφτιαξαν ένα ομαδικό κολάζ/ αφίσα, εμπεδώνοντας επιτυχώς τη νέα γνώση.



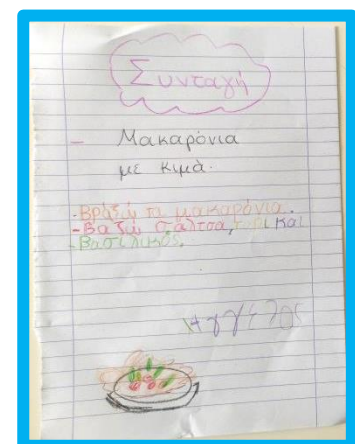
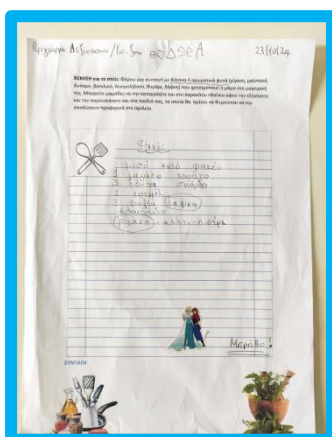


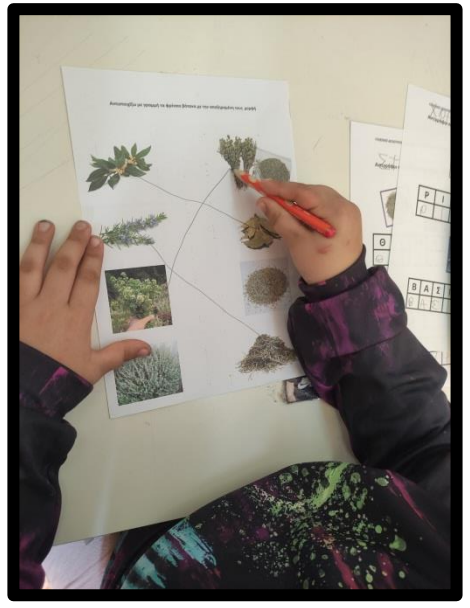
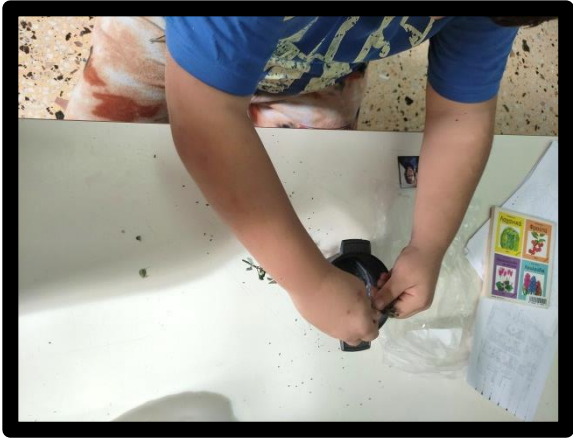
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ 2. Περιγραφή και αποτίμηση.

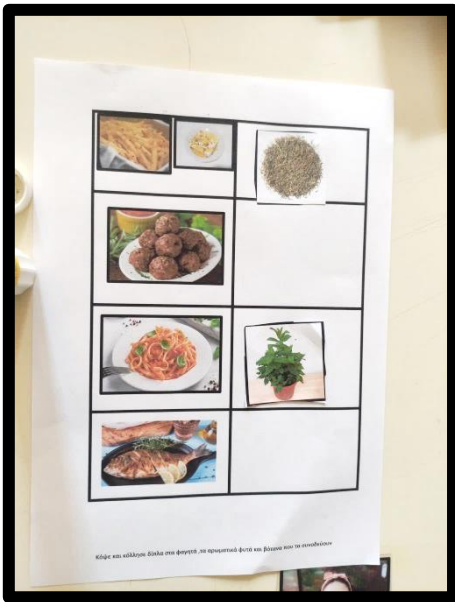
Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα: Να αντιληφθούν τα βότανα που χρησιμοποιούμε στη μαγειρική πολυαισθητηριακά.

Μεθοδολογία / Υλικά Υλοποίησης: Μέθοδος project, Βιωματική, ομαδοσυνεργατική και ενεργητική μέθοδος.

Οι μαθητές/ τριες έπιασαν, μύρισαν, παρατήρησαν προσεκτικά και γεύτηκαν βότανα που έφεραν οι ίδιοι/ες από το σπίτι τους, μαζί με μια συνταγή φαγητού με βότανα που κατέγραψαν με τη βοήθεια της μητέρας τους. Οι εμπειρίες τους από την κουζίνα και τη μαγειρική ήταν αξιοθαύμαστες. Έπειτα, φτιάξαμε το δικό μας βοτανοντούλαπο (κατασκευή με βαζάκια και βότανα που ζωγράφισαν και κόλλησαν τα παιδιά). Στο τέλος, σαν τελική αποτίμηση - αξιολόγηση της δράσης, αντιστοίχισαν φωτογραφίες φαγητών - καθημερινών πιάτων που εμπεριέχονται στη διατροφή τους, όπως : φακές, γεμιστά, κεφτεδάκια, μακαρόνια, ψάρι ψητό, χοιρινό στο φούρνο με τα μυρωδικά και τα βότανα που ταιριάζουν στο καθένα (δαφνόφυλλα, μαϊντανός, δυόσμος, δεντρολίβανο, θυμάρι).







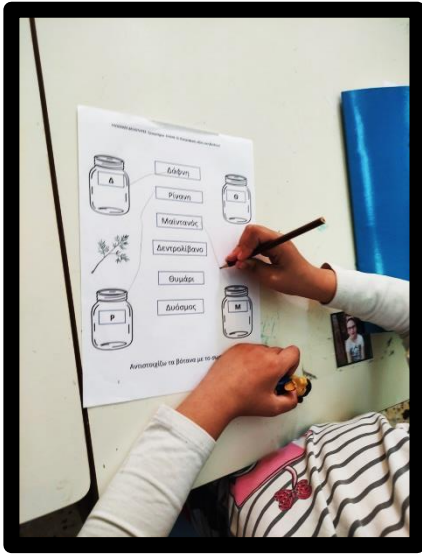
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ 3. Περιγραφή και αποτίμηση.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα: Να αναπτύξουν γλωσσικές δεξιότητες με δραστηριότητες προφορικού και γραπτού λόγου, σύμφωνα με τα Γνωστικά Αντικείμενα του Δ.Π.Π.Σ. και Α.Π.Σ.

Μεθοδολογία / Υλικά Υλοποίησης: εξατομικευμένη ένας προς έναν διδασκαλία με αυτοσχέδια φύλλα εργασίας .

Στο εργαστήριο αυτό δουλέψαμε γλωσσικές δραστηριότητες προφορικού και γραπτού λόγου. Οι μαθητές/ τριες αντιστοίχισαν με επιτυχία καρτέλες με ονόματα βοτάνων με το αρχικό φώνημα αυτών. Εντόπισαν με ακρίβεια το αρχικό φώνημα και την αρχική συλλαβή λέξεων, όπως *μαϊντανός, δυόσμος, βασιλικός, δάφνη, θυμάρι, ρίγανη* και στο τέλος γράψαμε τις λέξεις αυτές.



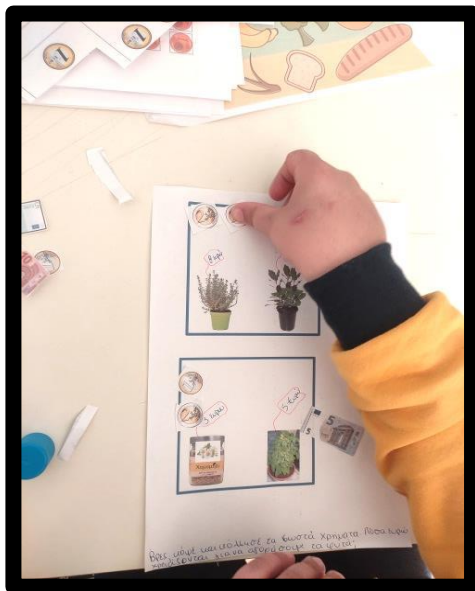


ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ 4. Περιγραφή και αποτίμηση.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα: Να αναπτυχθούν με αφορμή τα βότανα οι δεξιότητες των Μαθηματικών και Αριθμητικής, σύμφωνα με τα Γνωστικά Αντικείμενα του Δ.Π.Π.Σ. και Α.Π.Σ. Συγκεκριμένα, οι μαθητές/ τριες να αναπτύξουν δεξιότητες αρίθμησης, χρονικής διαδοχής - κατανόησης ακολουθιών και σωστής διαχείρισης των ευρώ στην καθημερινή τους ζωή.

Μεθοδολογία / Υλικά Υλοποίησης: εξατομικευμένη ένας προς έναν διδασκαλία με αυτοσχέδια φύλλα εργασίας, εποπτικό υλικό- απαρίθμησης.

Στο εργαστήριο αυτό χρησιμοποιήθηκαν τα βότανα στην εμπέδωση μαθηματικών εννοιών (απαρίθμηση - διατήρηση αριθμού) και στην κατανόηση της χρονικής ακολουθίας πέντε σταδίων. Τα παιδιά έκοψαν εικόνες που περιέγραφαν την ιστορία ενός μαϊντανού από τη στιγμή που τον αγοράζουμε από τη λαϊκή αγορά μέχρι να φτάσει στο πιάτο τους. Έπειτα, κόλλησαν τις εικόνες στη σειρά και διηγήθηκαν την ιστορία στους/ στις συμμαθητές/ τριές τους. Στο τέλος, μιας και μαθαίναμε στην τάξη εκείνη την περίοδο για τα ευρωνομίσματα, ασχοληθήκαμε και με παιχνίδια αγοραπωλησίας βοτάνων. Τα παιδιά διασκέδασαν, έπαιξαν και έμαθαν τόσο για τα βότανα, όσο και για τη σωστή διαχείριση και υπολογισμό των ευρώ στην καθημερινότητά τους.



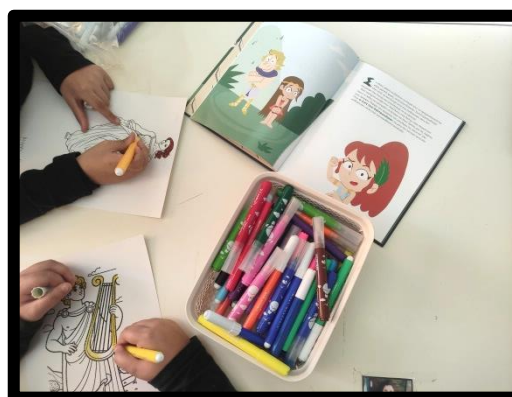
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ 5. Περιγραφή και αποτίμηση.

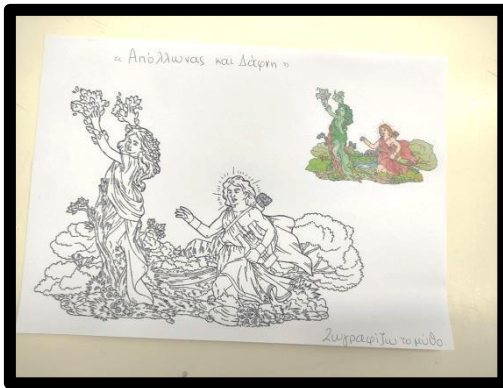
Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

Να καλλιεργηθούν, η Φιλαναγνωσία και η Δραματοποίηση. Μέσα από το θεατρικό παιχνίδι και την αναπαράσταση επιδιώκουμε οι μαθητές/ τριες να ψυχαγωγηθούν, να αγαπήσουν τους μύθους και το βιβλίο, καθώς και να αναπτύξουν επικοινωνιακές και κοινωνικές δεξιότητες.

Μεθοδολογία / Υλικά Υλοποίησης: Μέθοδος project, Βιωματική, ομαδοσυνεργατική διδασκαλία, δραματοποίηση.

Στο εργαστήριο αυτό αρχικά διαβάσαμε το μύθο «Απόλλωνας και Δάφνη» (τόμος 31 από την [RADSHOP](#), Μυθολογία για παιδιά) και παρακολουθήσαμε το παραμύθι σε βίντεο στον υπολογιστή της τάξης (<https://www.youtube.com/watch?v=rRCfa-HnSgk>). Διαλέξαμε αυτό το μύθο γιατί γίνεται αναφορά στο φυτό *δάφνη*, τα φύλλα του οποίου χρησιμοποιούμε στα φαγητά μας. Στη συνέχεια, ζωγραφίσαμε σκηνές από το παραμύθι και παρουσιάσαμε τους τρεις βασικούς ήρωες: Θεό Απόλλωνα, Νύμφη Δάφνη και Θεό Πηνειό (αντιστοίχιση αυτών με τα χαρακτηριστικά τους σύμβολα). Έπειτα, φτιάξαμε τις κούκλες - φιγούρες των ηρώων με γλωσσοπίεστρα, ψαλίδι, κόλλα, μαρκαδόρους και χαρτόνι και παίξαμε το μύθο στο μικρό κουκλοθέατρο της τάξης μας. Τα παιδιά χάρηκαν πολύ τη δράση με το κουκλοθέατρο, αναδιηγήθηκαν όπως μπορούσαν το κεντρικό νόημα του μύθου και απάντησαν σε προφορικές ερωτήσεις κατανόησης, σχετικές με τον χαρακτήρα που υποδύονταν. Αυτό που τους έκανε ιδιαίτερη εντύπωση ήταν η απόφαση και η επιμονή της Νύμφης Δάφνης να αρνηθεί τον θεό Απόλλωνα και να γίνει για πάντα - δέντρο με ρίζες και κλαδιά.





Κλείνοντας, σαν τελική αποτίμηση και ολοκλήρωση του εργαστηρίου μας, τα παιδιά συμπλήρωσαν μια τελική αυτοσχέδια φόρμα αυτοαξιολόγησής τους, αφού πρώτα παρακολούθησαν στο χώρο του σχολείου μια επιμορφωτική ημερίδα από την κλινική διαιτολόγο/διατροφολόγο κ. Ασημένια Καναρίδου. Συγκεκριμένα, οι μαθητές /τριες είχαν την ευκαιρία να δουν στο διαδραστικό πίνακα του σχολείου μας μια πολύ όμορφη εκπαιδευτική παρουσίαση που ετοίμασε η Κλινική Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, MSc και Προϊσταμένη του Τμήματος Διατροφής του Γενικού Νοσοκομείου Κιλκίς, κ. Ασημένια Καναρίδου για την υγιεινή διατροφή και τα οφέλη ενός σωστού πρωινού γεύματος. Τονίστηκε ιδιαίτερα η σημασία των θρεπτικών συστατικών που παίρνει ένα παιδί από τα γεύματά του στη ψυχοσωματική του ανάπτυξη, στην ενίσχυση του ανοσοποιητικού και στη βελτίωση της σχολικής επίδοσης. Ενώ, έγινε και μια μικρή αναφορά στη διατροφική αξία των πιο γνωστών από τα βότανα που χρησιμοποιούμε στη μαγειρική καθημερινά.

