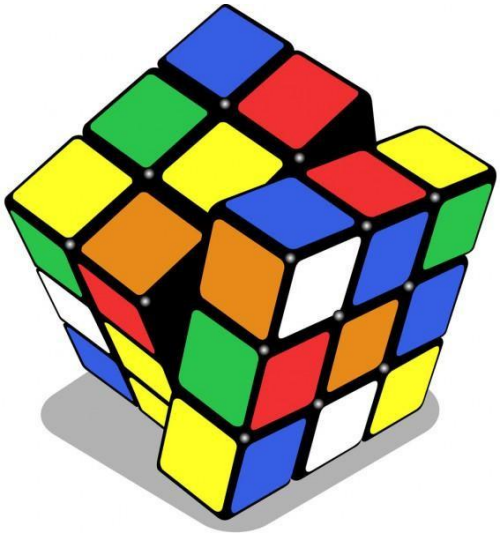
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

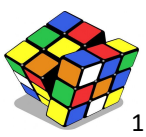


ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ

"ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21, ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ" :dexiotites21@iep.edu.gr

http://iep.edu.gr/el/psifiako-apothetirio/skill-labs



	ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ **ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2025-26** **Σελ. 1**
Σχολείο:	Νηπιαγωγείο Ανατολικού
Τάξη:	Νηπιαγωγείο
Τμήμα:	
Αριθμός μαθητών:	9
Συνολικός αριθμός εκπαιδευτικών που συνεργάζονται:	1
Στοιχεία εκπαιδευτικών (Ονομ/νυμο, Ειδικότητα):	Κουσουντίδου Ευστρατία ΠΕ60
Βασικός προσανατολισμός του ετήσιου Σχεδίου Δράσης (ανάγκες μαθητών/τριών, όραμα σχολείου)	

Β2. Σχέδιο δράσης του Τμήματος-Θεματικός Κύκλος «Φροντίζω το Περιβάλλον-Περιβάλλον»

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2023-24

Σελ. 2

	Θεματικός Κύκλος: **Φροντίζω το Περιβάλλον** Επιμέρους Θεματική Ενότητα/Υποενότητα: Περιβάλλον
Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων: **«Το καλάθι του Πικ-Νικ"**	**Ο δικός μας τίτλος:** **«Ο Πλανήτης στο Πιάτο μας»**
Στόχοι Σχεδίου Δράσης	**Στόχος του προγράμματος:** Οι μαθητές και οι μαθήτριες να αποκτήσουν θετική στάση σχετικά με τη βιώσιμη διατροφή και να υιοθετήσουν συγκεκριμένες συμπεριφορές που συμβάλλουν θετικά στην υγεία τους και στον πλανήτη. **Επιμέρους Στόχοι:** • Να προβληματιστούν σχετικά με το τι τρώνε και πώς αυτό επηρεάζει τους ίδιους και τον πλανήτη. • Να εξοικειωθούν με την έννοια της «χαρούμενης» και «ενδιαφέρουσας» τροφής. • Να ανακαλύψουν την ιστορία μιας τροφής (π.χ. ντομάτας) από τον σπόρο μέχρι το πιάτο τους. • Να κατανοήσουν γιατί το σπιτικό φαγητό είναι πιο υγιεινό από το έτοιμο και συσκευασμένο. • Να αντιληφθούν τη σημασία της μείωσης των συσκευασιών. • Να συνειδητοποιήσουν ότι η απόσταση που διανύει η τροφή επηρεάζει το αποτύπωμά της. • Να μάθουν να προτιμούν τοπικά προϊόντα. • Να εντοπίσουν πηγές ρύπανσης κατά τη μεταφορά των τροφίμων • Να μάθουν γιατί τα εκτός εποχής προϊόντα χρειάζονται περισσότερη ενέργεια, λιπάσματα και φάρμακα. • Να αναγνωρίσουν τα εποχικά φρούτα και λαχανικά. **<u>Δεξιότητες:</u>** Δεξιοτήτες του 21ου αιώνα: α. δεξιότητες μάθησης (κριτική σκέψη, δημιουργικότητα, συνεργασία και επικοινωνία) , β. δεξιότητες αλφαβητισμού (ιδιαιτέρως ψηφιακού εγγραμματισμού: ψηφιακή επικοινωνία, ψηφιακή συνεργασία, ψηφιακή δημιουργικότητα, ψηφιακή δημιουργική σκέψη,

	συνδυαστικές δεξιότητες ψηφιακής τεχνολογίας, επικοινωνίας & συνεργασίας) γ. δεξιότητες ζωής (ευελιξία, ηγεσία, ανάληψη πρωτοβουλίας και παραγωγικότητα) δ. Τέλος δεξιότητες του νου: στρατηγική σκέψη (μελέτη περιπτώσεων, επίλυση προβλημάτων) πλάγια σκέψη (δημιουργική, παραγωγική, ολιστική σκέψη),κατασκευές, παιχνίδια, εφαρμογές
Ακολουθία εργαστηρίων	
Εργαστήριο 1	**«Είμαστε ό,τι τρώμε»** **Δραστηριότητα 1:** Συζήτηση με βάση την παροιμία «Πες μου τι τρως, να σου πω ποιος είσαι». • Η εκπαιδευτικός ξεκινά την ώρα με την παροιμία «Πες μου τι τρως, να σου πω ποιος είσαι». • Μέσω καταιγισμού ιδεών, τα παιδιά αναφέρουν τι σημαίνει για αυτά η παροιμία και τι είδους φαγητά θεωρούν «υγιεινά» και «μη υγιεινά». • Η εκπαιδευτικός χρησιμοποιεί κάρτες με εικόνες διαφόρων τροφών (π.χ. ντομάτα, σοκολάτα, καρότο, αναψυκτικό) και ζητάει από τα παιδιά να τις κατηγοριοποιήσουν σε «χαρούμενες τροφές» (που δίνουν ενέργεια και υγεία) και «λιγότερο χαρούμενες». **Δραστηριότητα 2:** Διήγηση της ιστορίας της ντομάτας και συζήτηση για τα στοιχεία που περιέχει (βροχή, ήλιος, φροντίδα). • Η εκπαιδευτικός αφηγείται την ιστορία μιας ντομάτας, ξεκινώντας από τον σπόρο, τον ήλιο, τη βροχή, το χώμα, τον αγρότη, μέχρι να φτάσει στο πιάτο μας. • Κατά τη διάρκεια της αφήγησης, τα παιδιά μπορούν να κρατούν μικρά αντικείμενα που συμβολίζουν κάθε στάδιο (π.χ. ένα κουτί με χώμα, ένα μπουκάλι με νερό, έναν φακό για τον ήλιο). • Συζήτηση: «Ποια ήταν τα πιο σημαντικά μέρη αυτής της ιστορίας;», «Τι θα συνέβαινε αν έλειπε κάτι;» **Δραστηριότητα 3:** Ομαδική δραστηριότητα: τα παιδιά ζωγραφίζουν την ιστορία του αγαπημένου τους φαγητού • Κάθε παιδί επιλέγει ένα αγαπημένο του φαγητό. • Σε ένα φύλλο εργασίας, τα παιδιά ζωγραφίζουν ή γράφουν τα «συστατικά» της ιστορίας του φαγητού τους (π.χ. από πού πιστεύουν ότι έρχεται, τι χρειάστηκε για να μεγαλώσει, πώς ήρθε στο σπίτι τους). • Στο τέλος, παρουσιάζουν τις ιστορίες τους στην ολομέλεια.

Εργαστήριο 2	**«Σπιτόμπουκιες: Μαγειρεύουμε στην τάξη»** **Δραστηριότητα 1: Συζήτηση για το σπιτικό φαγητό.** • Η εκπαιδευτικός ρωτάει τα παιδιά: «Γιατί πιστεύετε ότι είναι καλύτερο να τρώμε σπιτικό φαγητό;» και «Ποια φαγητά φτιάχνετε με την οικογένειά σας στο σπίτι;». • Συζητούν για τη θρεπτική αξία, την απουσία συντηρητικών και την αισθητική της σπιτικής παρασκευής. **Δραστηριότητα 2: Μικροί σεφ εν δράσει.** • Τα παιδιά, χωρισμένα σε ομάδες, ετοιμάζουν μια απλή συνταγή που δεν χρειάζεται ψήσιμο (π.χ. φρουτοσαλάτα, σάντουιτς με υγιεινά υλικά, μπισκότα χωρίς ψήσιμο). • Ο εκπαιδευτικός έχει προετοιμάσει τα υλικά και τα εργαλεία, εξηγώντας τη διαδικασία και τους κανόνες υγιεινής. • Συζήτηση κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας: «Πόσες συσκευασίες χρησιμοποιήσαμε;», «Ποια υλικά είναι τοπικά;». **Δραστηριότητα 3: Εξέταση συσκευασιών.** • Η εκπαιδευτικός δείχνει στα παιδιά μερικές άδειες συσκευασίες από έτοιμα τρόφιμα (π.χ. πατατάκια, χυμός σε κουτί). • Τα παιδιά εξετάζουν τις συσκευασίες, διαβάζουν τα συστατικά και συζητούν για τις άγνωστες λέξεις. • Εισαγωγή της έννοιας «Reduce, Reuse, Recycle». Δημιουργία ενός πίνακα στην τάξη με ιδέες για τη μείωση της σπατάλης και την ανακύκλωση.
Εργαστήριο 3	**«Φρουτόμπουκιες: Τυφλή γευσιγνωσία»** **Δραστηριότητα 1: Το παιχνίδι της τυφλής γευσιγνωσίας.** • Η εκπαιδευτικός έχει προετοιμάσει μικρά κομμάτια από διάφορα φρούτα και λαχανικά (π.χ. μήλο, αχλάδι, ντοματίνι). • Τα παιδιά, με κλειστά μάτια ή δεμένα με μαντήλι, δοκιμάζουν ένα-ένα τα κομμάτια και προσπαθούν να αναγνωρίσουν τι είναι. • Μετά το παιχνίδι, συζητούν για την εμπειρία: «Ήταν εύκολο;», «Πώς αισθανθήκατε που δεν βλέπατε;». **Δραστηριότητα 2: Συζήτηση για τη Μεσογειακή Διατροφή.** • Η εκπαιδευτικός παρουσιάζει την έννοια της Μεσογειακής διατροφής με εικόνες και παραδείγματα (ελιές, λάδι, ψάρια, όσπρια, φρούτα). • Τα παιδιά δημιουργούν μια «πυραμίδα» της Μεσογειακής διατροφής με δικές τους ζωγραφιές ή εικόνες από περιοδικά. • Συζητούν για τα οφέλη της για την υγεία και την οικολογική της σημασία (προϊόντα της ελληνικής γης).

Εργαστήριο 4	**«Η ιστορία της μπανάνας και τα τροφοχιλιόμετρα»** **Δραστηριότητα 1: Η περιπέτεια της μπανάνας.** • Ο εκπαιδευτικός ξεκινά με την ερώτηση: «Ποια είναι η σχέση ανάμεσα σε μια μπανάνα και μια πολική αρκούδα;» (δεν υπάρχει, αλλά η μεταφορά της μπανάνας από μακριά συμβάλλει στην κλιματική αλλαγή που επηρεάζει τις αρκούδες). • Μοιράζονται κάρτες με διαφορετικά στάδια της ζωής μιας μπανάνας (καλλιέργεια, συγκομιδή, μεταφορά με πλοίο, συσκευασία, φορτηγό, σούπερ μάρκετ). **Δραστηριότητα 2: Τα τροφοχιλιόμετρα.** • Με τη βοήθεια ενός χάρτη, ο εκπαιδευτικός δείχνει από πού έρχονται οι μπανάνες. • Τα παιδιά εντοπίζουν τα μέσα μεταφοράς που χρησιμοποιήθηκαν και συζητούν για την κατανάλωση ενέργειας και τη ρύπανση που προκαλούν. • Ορίζουμε την έννοια «τροφοχιλιόμετρα» και γιατί είναι σημαντικό να την προσέχουμε. **Δραστηριότητα 3: Τοπικά προϊόντα vs εισαγόμενα.** • Τα παιδιά επιλέγουν ένα τοπικό φρούτο ή λαχανικό και ένα αντίστοιχο εισαγόμενο. • Δημιουργούν ένα μικρό κολάζ ή έναν πίνακα στην τάξη με τα πλεονεκτήματα του καθενός, τονίζοντας τη σημασία της επιλογής των τοπικών.
Εργαστήριο 5	**«Tutti Frutti: Εποχικά και τοπικά φρούτα»** **Δραστηριότητα 1: Συζήτηση για τις εποχές.** • Ο εκπαιδευτικός ρωτάει τα παιδιά «Ποια φρούτα βλέπουμε τον χειμώνα και ποια το καλοκαίρι;». • Τα παιδιά αναφέρουν φρούτα και λαχανικά που βρίσκουν όλο τον χρόνο και συζητούν γιατί αυτό μπορεί να μην είναι τόσο καλό για το περιβάλλον (π.χ. θερμοκήπια, ενέργεια, φυτοφάρμακα). **Δραστηριότητα 2: Το παιχνίδι «Tutti Frutti».** • Ο εκπαιδευτικός ετοιμάζει έναν πίνακα με τους τέσσερις εποχές. • Τα παιδιά έχουν κάρτες με εικόνες φρούτων και λαχανικών. Με μουσική, κυκλοφορούν στον χώρο και όταν σταματά η μουσική, πρέπει να τοποθετήσουν την κάρτα τους στην αντίστοιχη εποχή. • Στο τέλος, ελέγχουν μαζί αν οι επιλογές τους ήταν σωστές.

	Δραστηριότητα 3: Δημιουργία εποχικού ημερολογίου. • Τα παιδιά, σε ομάδες, δημιουργούν ένα μεγάλο εποχικό ημερολόγιο για τα φρούτα και τα λαχανικά της Ελλάδας. • Κάθε ομάδα αναλαμβάνει μία εποχή και σχεδιάζει ή κολλάει εικόνες με τα αντίστοιχα προϊόντα. • Το ημερολόγιο εκτίθεται στην τάξη για να το συμβουλεύονται.
Εργαστήριο 6	**«Δεν Πετώμπουκιες: Η σπατάλη τροφίμων»** **Δραστηριότητα 1: : Συζήτηση για τη σπατάλη.** • Ο εκπαιδευτικός δείχνει μια εικόνα με έναν κάδο απορριμμάτων γεμάτο φαγητό. Ρωτάει τα παιδιά: «Τι πιστεύετε ότι συμβαίνει εδώ;», «Ποια είναι τα συναισθήματά σας βλέποντας αυτή την εικόνα;». • Αναφέρει στα παιδιά ότι το 1/3 της τροφής που παράγεται στον κόσμο πετιέται, και συζητούν για το ηθικό και περιβαλλοντικό πρόβλημα. **Δραστηριότητα 2: Παιχνίδι «Τόμπολα Σπατάλης».** • Ο εκπαιδευτικός ετοιμάζει κάρτες με εικόνες τροφών που συχνά πετιούνται (π.χ. μπαγιάτικο ψωμί, μαραμένα λαχανικά, περισσεύματα από το προηγούμενο γεύμα). • Κάθε παιδί έχει μια κάρτα με έναν πίνακα, και ο εκπαιδευτικός δείχνει τις κάρτες μία-μία. Όποιος έχει την αντίστοιχη εικόνα στον πίνακα, την καλύπτει. • Ο πρώτος που συμπληρώνει τον πίνακα κερδίζει. Η συζήτηση μετά το παιχνίδι επικεντρώνεται στο «Πώς θα μπορούσαμε να μην πετάξουμε αυτά τα τρόφιμα;». **Δραστηριότητα 3: Λύσεις για τη μείωση της σπατάλης.** • Σε ένα μεγάλο χαρτί, τα παιδιά καταγράφουν ιδέες για το πώς μπορούν να μειώσουν τη σπατάλη τροφίμων στο σπίτι και στο σχολείο (π.χ. τρώω όλο μου το κολατσιό, αξιοποιώ τα περισσεύματα, φτιάχνω κομπόστ). • Ο εκπαιδευτικός μπορεί να τους δώσει παραδείγματα για το πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί το μπαγιάτικο ψωμί ή τα περισσεύματα λαχανικών.
Εργαστήριο 7	**«Το μεγάλο πικνίκ!»** **Δραστηριότητα 1: Οργάνωση του πικνίκ.** • Τα παιδιά, με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού, οργανώνουν ένα «Βιώσιμο Πικνίκ» στο προαύλιο του σχολείου ή σε ένα πάρκο. • Δημιουργούν λίστα με τα απαραίτητα υλικά (π.χ. τοπικά φρούτα, σπιτικές λιχουδιές, επαναχρησιμοποιούμενα σκεύη, χαρτοπετσέτες από ανακυκλωμένο χαρτί). • Ετοιμάζουν προσκλήσεις για τους γονείς και τους καλούν να

συμμετέχουν, φέρνοντας κι αυτοί βιώσιμα εδέσματα**.**

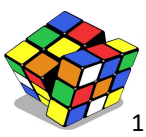
Δραστηριότητα 2: Προετοιμασία βιώσιμου κολατσιού.

- Η εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να ετοιμάσουν στο σπίτι, μαζί με την οικογένειά τους, ένα κολατσιό για το πικνίκ, εφαρμόζοντας τις αρχές που έμαθαν (π.χ. να αποφύγουν τις συσκευασίες, να χρησιμοποιήσουν εποχικά και τοπικά υλικά).
- Την ημέρα του πικνίκ, παρουσιάζουν τις δημιουργίες τους στην τάξη.

Δραστηριότητα 3: Παρουσίαση του προγράμματος.

- Στην εκδήλωση του πικνίκ, τα παιδιά παρουσιάζουν στους γονείς και την υπόλοιπη σχολική κοινότητα τις γνώσεις που απέκτησαν.
- Μπορούν να τραγουδήσουν ένα τραγούδι, να παρουσιάσουν το εποχικό ημερολόγιο που έφτιαξαν ή να εξηγήσουν την έννοια των «τροφοχιλιομέτρων».

Αξιολόγηση	**1. Παιχνίδι Ρόλων και Διάλογοι** **Πριν την έναρξη του προγράμματος:** Μέσω ενός παιχνιδιού ρόλων, δίνουμε στα παιδιά ένα σενάριο όπου πρέπει να επιλέξουν τι θα βάλουν σε ένα καλάθι για ένα πικνίκ. Παρατηρούμε τις επιλογές τους (π.χ. έτοιμα συσκευασμένα φαγητά, τοπικά φρούτα, σπιτικές λιχουδιές) και καταγράφουμε τους λόγους που δίνουν για αυτές τις επιλογές. **Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος:** Επαναλαμβάνουμε το ίδιο παιχνίδι ρόλων. Συγκρίνουμε τις νέες επιλογές και τους λόγους που δίνουν τα παιδιά, για να διαπιστώσουμε αν έχουν υιοθετήσει τις αρχές της βιώσιμης διατροφής. **2. Ατομικές Ερωτήσεις και Αυτοαξιολόγηση** Κατά τη διάρκεια του προγράμματος: Χρησιμοποιούμε απλές ερωτήσεις αυτοαξιολόγησης σε κάθε εργαστήριο, όπως: "Σήμερα έμαθα...", "Με εξέπληξε...", "Στο σπίτι θα κάνω...". Οι απαντήσεις μπορούν να γίνουν προφορικά ή γραπτά. Στο τέλος του προγράμματος: Μοιράζουμε στους μαθητές ένα ερωτηματολόγιο με ανοιχτές ερωτήσεις, όπως: "Τι είναι η βιώσιμη διατροφή για σένα;", "Ποιο εργαστήριο σου άρεσε περισσότερο και γιατί;", "Ποιες συνήθειες άλλαξες στο φαγητό σου μετά τα εργαστήρια;". **3. Δημιουργία Ημερολογίου** Καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος: Ζητάμε από τους μαθητές να κρατούν ένα «Ημερολόγιο Κατανάλωσης» για μία εβδομάδα, καταγράφοντας τι τρώνε και από πού προέρχονται οι τροφές (π.χ. από το σούπερ μάρκετ, από τον κήπο, από τη λαϊκή). Στο τέλος του προγράμματος: Αναλύουμε το ημερολόγιο των μαθητών και το συγκρίνουμε με ένα αντίστοιχο που μπορεί να είχαν κρατήσει πριν την έναρξη του προγράμματος. Επίσης, μπορούν να δημιουργήσουν ένα «Ημερολόγιο Εντυπώσεων» όπου θα γράφουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους για κάθε εργαστήριο. **4. Αποτίμηση με το "Καλάθι του Πικνίκ"** Στο τέλος του προγράμματος: Δίνουμε στους μαθητές την οδηγία να ετοιμάσουν ένα «ιδανικό» καλάθι για πικνίκ με βάση όλα όσα έμαθαν. Μπορούν να το σχεδιάσουν, να το ζωγραφίσουν ή να γράψουν μια λίστα με τα τρόφιμα. Συνοδεύουν την επιλογή τους με μια σύντομη εξήγηση. Αυτό μας επιτρέπει να αξιολογήσουμε τη συνολική κατανόηση των εννοιών (π.χ. τοπικά, εποχικά, υγιεινά, με λίγες συσκευασίες).

	5. Συνεντεύξεις με Γονείς Στο τέλος του προγράμματος: Πραγματοποιούμε σύντομες συνεντεύξεις με τους γονείς ή τους κηδεμόνες, για να μάθουμε αν παρατήρησαν αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών τους και της οικογένειας γενικότερα. Αυτό παρέχει μια επιπλέον οπτική γωνία για την αποτελεσματικότητα του προγράμματος εκτός σχολικού περιβάλλοντος.
Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών	• **Ποικιλία δραστηριοτήτων:** Οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν πολλαπλούς τρόπους μάθησης (ζωγραφική, παιχνίδια ρόλων, μαγειρική, ομαδικές εργασίες, συζήτηση) για να ανταποκρίνονται σε διαφορετικά μαθησιακά στυλ. • **Ομαδική εργασία:** Η συνεργασία σε μικρές ομάδες (όπως στην προετοιμασία της συνταγής στο Εργαστήριο 2) επιτρέπει στους μαθητές να αλληλεπιδρούν και να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλο, ενισχύοντας την ένταξη. • **Χρήση εποπτικού υλικού:** Η χρήση καρτών με εικόνες , αντικειμένων , χάρτη , και εικόνων από περιοδικά βοηθά τους μαθητές που αντιμετωπίζουν μαθησιακές δυσκολίες ή που έχουν ανάγκη οπτικής υποστήριξης. • **Ενεργοποίηση των αισθήσεων:** Δραστηριότητες όπως η τυφλή γευσιγνωσία και η μαγειρική ενεργοποιούν τις αισθήσεις, καθιστώντας τη μάθηση πιο βιωματική και προσβάσιμη για όλους τους μαθητές.
Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας	• **Συνεργασία με Γονείς/Κηδεμόνες**: Οι γονείς καλούνται να συμμετάσχουν στο "Βιώσιμο Πικνίκ" και να ετοιμάσουν μαζί με τα παιδιά βιώσιμο κολατσιό. • **Επικοινωνία με ειδικούς**: Η πρόσκληση ενός διατροφολόγου ή ενός γεωπόνου στο σχολείο θα μπορούσε να εμπλουτίσει το πρόγραμμα με εξειδικευμένες γνώσεις. • **Τοπική Κοινότητα:** Επίσκεψη σε ένα τοπικό αγρόκτημα, λαϊκή αγορά ή σε ένα κατάστημα με τοπικά προϊόντα θα βοηθούσε τους μαθητές να κατανοήσουν από πού προέρχονται τα τρόφιμά τους.
Τελικά προϊόντα που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων	• **Διάφορα σχέδια και πίνακες:** Οι μαθητές δημιούργησαν σχέδια με την ιστορία του αγαπημένου τους φαγητού , έναν πίνακα με ιδέες για μείωση της σπατάλης και ανακύκλωση , ένα κολάζ με τοπικά και εισαγόμενα προϊόντα , και μια "πυραμίδα" Μεσογειακής διατροφής. • **Εποχικό Ημερολόγιο**: Δημιουργήθηκε ένα μεγάλο εποχικό ημερολόγιο με φρούτα και λαχανικά της Ελλάδας. • **Εδέσματα για το πικνίκ:** Οι μαθητές έφτιαξαν απλές, υγιεινές συνταγές, όπως φρουτοσαλάτα και προετοίμασαν βιώσιμα κολατσιά για το τελικό πικνίκ.

	• **Λίστα και σχέδιο για το "Καλάθι του Πικνίκ":** Οι μαθητές δημιούργησαν μια λίστα ή σχέδιο του ιδανικού καλαθιού για πικνίκ, με βάση τις γνώσεις που απέκτησαν.
Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλεία που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων	• **Ημερολόγια Κατανάλωσης:** Οι μαθητές κατέγραψαν για μία εβδομάδα το τι τρώνε και από πού προέρχονται οι τροφές. • **Ημερολόγια Εντυπώσεων:** Οι μαθητές σημείωσαν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους για κάθε εργαστήριο. • **Ερωτηματολόγιο:** Συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο με ανοιχτές ερωτήσεις για τη βιώσιμη διατροφή
Αξιολόγηση - Αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση	• **Αξιολόγηση:** Η αξιολόγηση θα γίνει με πολλαπλούς τρόπους, συμπεριλαμβανομένων παιχνιδιών ρόλων πριν και μετά το πρόγραμμα , ατομικών ερωτήσεων , ημερολογίων κατανάλωσης , και της τελικής δημιουργίας του "Καλαθιού του Πικνίκ". • **Συνεντεύξεις με Γονείς:** Η αποτελεσματικότητα του προγράμματος θα αξιολογηθεί επίσης μέσω σύντομων συνεντεύξεων με τους γονείς, για να διαπιστωθούν αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες στο σπίτι. • **Αναστοχασμός:** Ο αναστοχασμός θα βασιστεί σε μια ολοκληρωμένη εικόνα, συλλέγοντας δεδομένα από τις δραστηριότητες και τα τελικά προϊόντα των μαθητών , αλλά και από την ανατροφοδότηση των γονέων
Εκδηλώσεις διάχυσης και Συνολική αποτίμηση της υλοποίησης της υποδράσης	• **Εκδήλωση Διάχυσης:** Η τελική εκδήλωση είναι το "Βιώσιμο Πικνίκ", όπου οι μαθητές παρουσιάζουν τις γνώσεις τους στους γονείς και την ευρύτερη σχολική κοινότητα. • **Συνολική Αποτίμηση:** Η συνολική αποτίμηση περιλαμβάνει τη συμμετοχή στο πικνίκ , την παρουσίαση του εποχικού ημερολογίου , και την εξήγηση εννοιών όπως τα "τροφοχιλιόμετρα". Επίσης, η συγκριτική αξιολόγηση των παιχνιδιών ρόλων πριν και μετά το πρόγραμμα έδωσε σαφή εικόνα της επιρροής του προγράμματος στις επιλογές των παιδιών