



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ
& Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ
5^η ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥ
ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ

ΣΧ

Έδρα: Άγιος Αθανάσιος
Κάλυμνος 85200
Πληροφορίες: Ειρήνη Λουλακάκη
e-mail: irene.loulakaki@gmail.com
ΤΗΛ./FAX: 22430 23151
ΚΙΝ.: 697 4000414

Κάλυμνος, 21/03/2013

Αρ. Πρωτ.: 21

Προς : Σχολεία της 5^{ης} Περιφέρειας Ν.
Δωδεκανήσου

Κοιν.: Προϊσταμένη Επιστημονικής και
Παιδαγωγικής Καθοδήγησης, κ.
Παραμυθιώτου

**Θέμα: «Εκπαιδευτικός σχεδιασμός για την προώθηση
κατανάλωσης φρούτων»**

Σχετ.: Φ.14/179/31630/Γ1 6-3-2013, Υ.Α.
Φ.14/193/33917/Γ1 11-3-2013 εγκύκλιο της Διεύθυνσης Σπουδών

Για τον αποτελεσματικότερο σχεδιασμό και διεξαγωγή του προγράμματος υγιεινής διατροφής, στο πλαίσιο έξι διδακτικών ωρών της Ευέλικτης Ζώνης που προβλέπεται στις παραπάνω σχετικές, θα θέλαμε να προτείνουμε ενδεικτικά τα ακόλουθα:

- 1) Καλό θα ήταν η δημιουργία αφίσας από τις τάξεις Α΄, Β΄ και Γ΄ καθώς και του προωθητικού κειμένου από τις τάξεις Δ΄, Ε΄ και ΣΤ΄ να γίνει, αφού πρώτα εξαντλήσουμε τις δραστηριότητες μέσα από τις οποίες τα παιδιά θα εμβαθύνουν και θα κατανοήσουν τη διατροφική αξία των φρούτων.
- 2) Η εμβάθυνση και κατανόηση της διατροφικής αξίας είναι σημαντικό να γίνουν μέσα από δραστηριότητες ενδιαφέρουσες αλλά και ευχάριστες για τα παιδιά:
 - α) Σε πρώτη φάση τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες και συλλέγουν πληροφορίες για τη διατροφική αξία των φρούτων από το διαδίκτυο, από έντυπα και από συνεντεύξεις με ειδικούς (διαιτολόγους, γιατρούς). Τις παρουσιάζουν στη συνέχεια στην τάξη με διάφορους ευχάριστους τρόπους. Ενδεικτικά και ανάλογα με την τάξη: παίζουν κουκλοθέατρο με φρούτα που προβάλλουν τη διατροφική τους αξία, κάνουν νημπίτ και επιχειρηματολογούν για τις ευεργετικές ιδιότητες του κάθε φρούτου, γράφουν ποιήματα με τις ιδιότητές τους ή σύντομα διαφημιστικά μηνύματα για φρούτα ή ομάδες φρούτων.

β) Σε δεύτερη φάση, αν υπάρχει χρόνος και ενδιαφέρον από τα παιδιά, μπορούν να κάνουν κάποια από τις παρακάτω δραστηριότητες : Τα διαχωρίζουν ανάλογα με τις εποχές, με την προέλευση: σε εγχώρια και εισαγόμενα - δημιουργούν τρίπτυχο φυλλάδιο για την αξία των φρούτων και το διανέμουν σε όλες τις τάξεις του σχολείου ή το αναρτούν στην ιστοσελίδα- «Η φρουτοσαλάτα της τάξης μου», όπου τα παιδιά φέρνουν από ένα φρούτο και δημιουργούν τη δική τους σαλάτα- φέρνουν συνταγές για φρουτοχυμούς, κέικ φρούτων ή δημιουργούν τις δικές τους και τις μοιράζουν ή τις ανταλλάσσουν με άλλες τάξεις- διαβάζουν και να συζητούν για έργα όπως η «Φρουτοπία».

3. Θα ήθελα, επίσης, να σας ενημερώσω ότι είμαι στη διάθεσή σας για οποιαδήποτε διευκρίνιση, ανταλλαγή ιδεών, εύρεση υλικού και υποστήριξη.

 ΕΓΧΟΛΙΚΗ Σύμβουλος
Ειρήνη Λουλακάκη
Ειρήνη Λουλακάκη