



Τρώμε Τοπικά

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ
ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ



Ανατολική Μακεδονία & Θράκη



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΓΕΩΡΓΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
Η Ευρώπη επενδύει στις αγροτικές περιοχές



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





localtour.gr

Τρώμε Τοπικά

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ
ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντελεστές

Ηλεκτρονική έκδοση - Συντονισμός: Αναπτυξιακή Ηρακλείου ΑΑΕ ΟΤΑ
(ΟΤΔ Ηρακλείου και Μεσαράς)

Επιμέλεια έκδοσης: Εύα Κατσαράκη, Συντονίστρια Σχεδίου Συνεργασίας

Δημιουργικό & Παραγωγή: Lazy snail Design

Κείμενα & Εκπαιδευτικός Σχεδιασμός: Αλέξανδρος Παπανδρέου,
Υπεύθυνος Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων Χαρισμάθειας,
Σύμβουλος Εκπαίδευσης Διεθνούς Σχολείου (IB)

Εικονογραφήσεις: Κωστής Τζωρτζακάκης

Η έκδοση χρηματοδοτήθηκε από το Μέτρο 19 του ΠΑΑ, Τοπικό Πρόγραμμα
CLLD LEADER - Διακρατική συνεργασία «Local Tour»



Αναπτυξιακή
Ηρακλείου
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ
ΑΝΩΝΥΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΟΤΑ

Εταιρικό σχήμα

ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α. (ΟΤΔ Ν. Ηρακλείου & Μεσαράς)	anher.gr
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΡΗΤΗΣ Α.Ε.	oakae.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΛΑΣΙΘΙΟΥ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anlas.gr
ΑΚΟΜΜ - ΨΗΛΟΡΕΙΤΗΣ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	akomm.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ (ΟΤΔ Δήμων Λαγκαδά, Βόλβης και τμημάτων των Δήμων Ωραιοκαστρου, Θέρμης, Θερμαϊκού, Πυλαίας- Χορτιάτη & Δέλτα & ΟΤΔ Χαλκηδόνας, Δέλτα)	aneth.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ Α.Ε. – ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ Ο.Τ.Α.	anetxa.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ Ν. ΗΜΑΘΙΑΣ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anhma.gr
ΔΗΜΟΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΤΙΚΗ «ΕΒΡΟΣ» Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	dimossin.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΡΟΔΟΠΗΣ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anro.gr
ΑΝΚΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ Ο.Τ.Α.	anko.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anflo.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΙΟΝΙΩΝ ΝΗΣΩΝ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anion.org.gr
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΧΙΟΥ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	leaderchios.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΛΗΜΝΟΥ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anel-sa.gr
ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ, ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ Ν. ΣΑΜΟΥ Α.Ε. (ΚΑΑΕΚΤ ΣΑΜΟΥ)	kaek-pesamou.info
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΥΚΛΑΔΩΝ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	e-cyclades.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΚΑΒΑΛΑΣ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	ankavala.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΣΕΡΡΩΝ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ Ο.Τ.Α.	aneser.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΚΙΛΚΙΣ Α.Α.Ε. Ο.Τ.Α.	anki.gr
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΛΑΡΝΑΚΑΣ – ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ	anetel.com

Σχέδιο συνεργασίας Local Tour και εκπαιδευτικές δράσεις

Η διατροφή, τα τοπικά προϊόντα, οι παραδοσιακές συνταγές, οι καθημερινές συνήθειες στην κουζίνα της γιαγιάς δεν είναι μόνο γεύσεις και μυρωδιές. Είναι οι ιστορίες μας, τα βιώματά μας, η άγραφη μνήμη του τόπου που περνά από γενιά σε γενιά. Είναι η ταυτότητά μας, η γλώσσα με την οποία μιλάμε στον επισκέπτη, στον φίλο, στον συνοδοιπόρο μας. Και είναι χρέος μας να τα κρατήσουμε ζωντανά, να τα μοιραστούμε, να τα προσφέρουμε στα παιδιά μας – τον επόμενο κρίκο μιας αλυσίδας που μεγαλώνει, αλλά δεν σπάει ποτέ.

Μέσα από το πρόγραμμα Local Tour προσπαθήσαμε να δημιουργήσουμε έναν δρόμο επιστροφής προς την αυθεντικότητα. Έναν δρόμο που φέρνει τα παιδιά κοντά στον πλούτο της γης μας, στο μεράκι των ανθρώπων της, στις γεύσεις που κουβαλούν μνήμες. Γιατί η γνώση γύρω από το τοπικό προϊόν δεν είναι απλώς μάθημα· είναι στάση ζωής, είναι σεβασμός στη φύση και στον μόχθο του ανθρώπου, είναι κατανόηση της αξίας του «λίγου και καλού».

Αυτός είναι ο κύριος στόχος των δράσεων που αναπτύχθηκαν μέσα από το εκπαιδευτικό πρόγραμμα του **Local Tour**, ένα εργαλείο που θα παραμείνει ζωντανό και μετά το πέρας της διάρκειάς του. Ελπίζουμε να αξιοποιηθεί σε όλο του το εύρος, με την Αναπτυξιακή Ηρακλείου, όπως και όλες οι Αναπτυξιακές Εταιρείες που έλαβαν μέρος σε αυτό το συνεργατικό σχήμα, να παραμένουν προσηλωμένες στον κοινό σκοπό: την ανάδειξη του γαστρονομικού πλούτου της χώρας αλλά και του τίμιου και αυθεντικού προϊόντος που παράγει ο τόπος μας. Στην προσπάθεια αυτή συμμετείχαν: ο Οργανισμός Ανάπτυξης Κρήτης, το ΑΚΟΜΜ, η Αναπτυξιακή Λασιθίου, οι Αναπτυξιακές Κυκλάδων, Λήμνου, Σάμου, Χίου, Ιόνιων Νήσων, Ροδόπης, Έβρου, Καβάλας, Σερρών, Χαλκιδικής, Θεσσαλονίκης, Ημαθίας, Κοζάνης, Φλώρινας και Κιλκίς. Η σύμπραξη όλων αυτών των περιοχών αποδεικνύει ότι η παράδοση και η γεύση δεν γνωρίζουν γεωγραφικά σύνορα, αλλά αποτελούν κοινό πολιτισμικό μας κεφάλαιο.

Κάθε δραστηριότητα, κάθε βιωματικό σεμινάριο είναι μια μικρή γιορτή. Τα παιδιά γεύονται, αγγίζουν, μυρίζουν, φτιάχνουν με τα χέρια τους, ακούν αφηγήσεις, και σιγά σιγά καταλαβαίνουν ότι η κουζίνα δεν είναι απλώς τόπος προετοιμασίας τροφής αλλά τόπος συνάντησης, μοιράσματος, δημιουργίας αναμνήσεων. Στην πραγματικότητα, μαθαίνουν κάτι πολύ μεγαλύτερο από μια συνταγή: μαθαίνουν να αγαπούν τον τόπο τους.

Το **Local Tour** όμως δεν σταματά εδώ. Είναι ένα ζωντανό εργαλείο που μπορεί να εμπνεύσει νέες ιδέες, να γίνει αφορμή για συνεργασίες, για δράσεις που θα φέρουν ακόμη πιο κοντά το σχολείο με την κοινωνία, τον παραγωγό με τον μαθητή, την παράδοση με το μέλλον.

Ευχόμαστε το εγχειρίδιο αυτό να γίνει στα χέρια σας όχι μόνο βοήθημα, αλλά έμπνευση. Να σας δώσει τα εργαλεία να καθοδηγήσετε τα παιδιά σε ένα ταξίδι μνήμης, γεύσης και δημιουργίας· ένα ταξίδι που ξεκινά από την κουζίνα της γιαγιάς και φτάνει μέχρι το μέλλον που ονειρευόμαστε όλοι: ένα μέλλον με ρίζες βαθιές, γεμάτο αυθεντικότητα, σεβασμό και αγάπη για τον τόπο μας.

Αντί προλόγου...

Σε αυτό το βιβλίο θα βρεις μια μοναδική εμπειρία, γεμάτη γεύσεις και αρώματα, που έχουμε σχεδιάσει για τα παιδιά.

Ο στόχος μας είναι απλός! Να φέρουμε τα παιδιά πιο κοντά στις γεύσεις, τις παραδόσεις αλλά και τις συνταγές του τόπου τους, ενώ παράλληλα τους δίνουμε αφορμή για να συζητήσουν και να προβληματιστούν για στάσεις και έννοιες που θα διαμορφώσουν την προσωπικότητά τους. Κατά μία έννοια, επιχειρούμε να ενδυναμώσουμε, παράλληλα με τον χαρακτήρα κάθε τόπου, και τον χαρακτήρα των παιδιών.

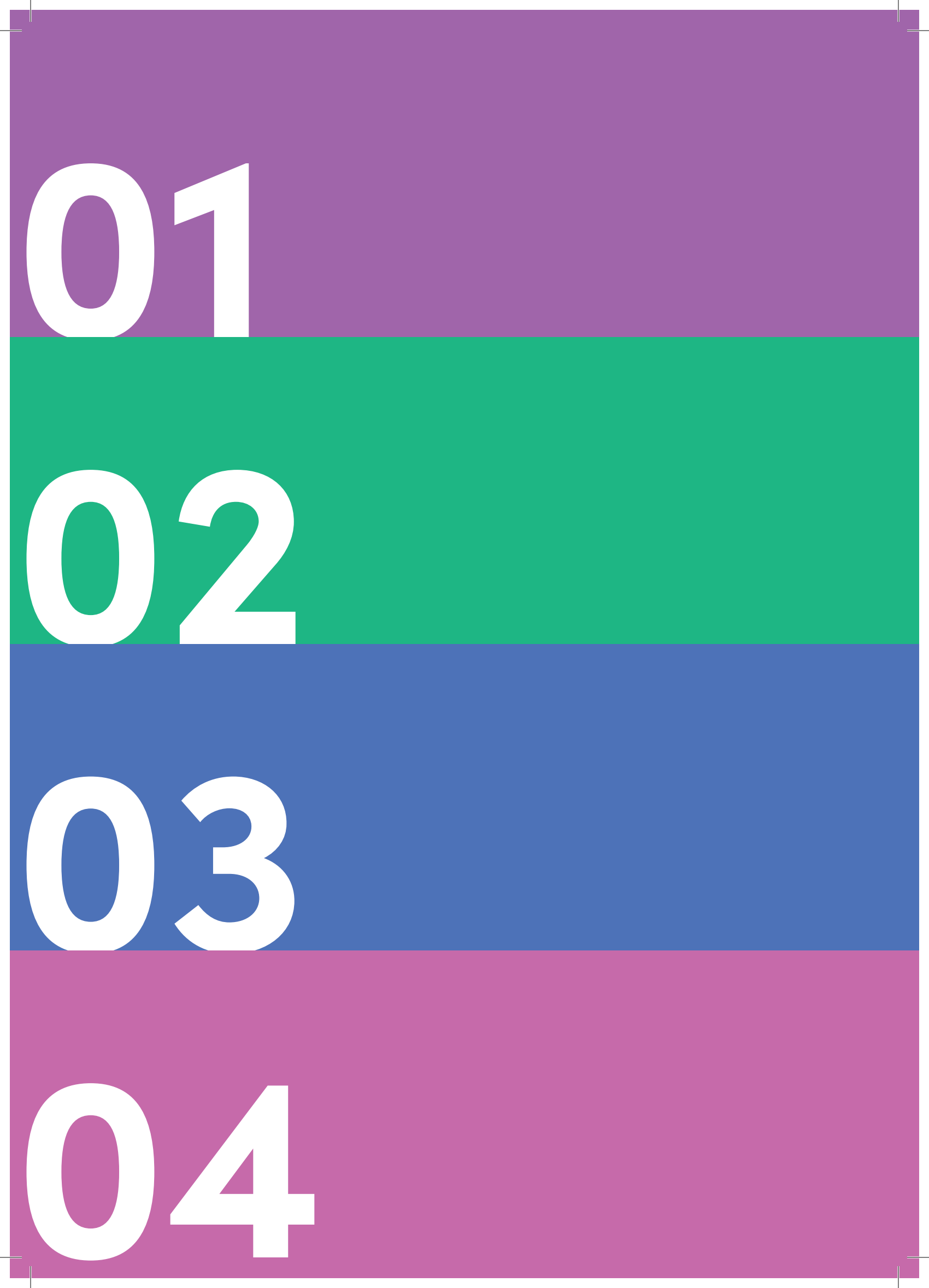
Για να πετύχουμε τον στόχο μας και να ακουμπήσουμε όσο το δυνατόν περισσότερα παιδιά, επιλέξαμε μία σειρά από σπονδυλωτές δραστηριότητες, που μπορούν να λειτουργήσουν είτε σε σύνολο είτε αυτόνομα, με περισσότερους από έναν τρόπους η καθεμία. Έτσι, δίνουμε τη δυνατότητα σε κάθε εκπαιδευτικό να εξατομικεύσει αυτή την εμπειρία προσαρμόζοντάς την στις ανάγκες της τάξης και των μαθητών του.

Αυτή η εμπειρία είναι σχεδιασμένη ώστε να λειτουργεί πολυμορφικά, να καλλιεργεί τη κριτική σκέψη, τη δημιουργικότητα, τη φαντασία, τη συνεργασία και τα επικοινωνιακά χαρακτηριστικά των παιδιών, ενώ παράλληλα κάνει συναισθηματική αγωγή.

Αναπτύσσει τις δεξιότητες των παιδιών, τους «μιλά» για τη διατροφή και τους δίνει τη δυνατότητα να δοκιμάσουν νέες γεύσεις, ανοίγοντας τους ορίζοντές τους. Είναι βασισμένη σε ομαδοσυνεργατικές δραστηριότητες, λειτουργεί σε πολλαπλά επίπεδα και κορυφώνεται με μια κατασκευαστική πρόκληση που αφήνει τα παιδιά να εκφραστούν, να δημιουργήσουν, αλλά και να αξιοποιήσουν όλα όσα έχουν πάρει από την εμπειρία αυτή. Κάθε ομάδα καλείται να φτιάξει μια δική της συνταγή ως κατακλείδα και συμπύκνωση όλων όσων έχουν αποκομίσει τα μέλη της από τη διαδρομή που σχεδιάσαμε για αυτά.

Ανεξάρτητα με τη μορφή που θα πάρουν οι δραστηριότητες σε κάθε τάξη, θα αφήσουν στα παιδιά μια νοσταλγική επίγευση, γεμάτη με χρώματα, αρώματα, αναμνήσεις και γεύσεις του τόπου τους.

Αλέξανδρος Παπανδρέου



01

02

03

04

Τα προϊόντα και η ιστορία του τόπου

12

Μια ποικιλία στη μέση
Μελο-Κουραμπιέδες

Συνταγές με... γρίφους!

46

Χαλβάς Θρακιώτικος
Κουραμπιέδες Καρβάλης
Πίτα με Καβουρμά και Λουκάνικο

Δημιουργώ τη δική μου συνταγή

62

Εισαγωγή στην διατροφή
Γευσινγνωσία και μαγειρική

Τοπικό Πανηγύρι Άνοιγμα στην κοινότητα

82

Ανατολική Μακεδονία και Θράκη

Τοπικά Προϊόντα Η Ιστορία και η Παράδοση στο Πιάτο σου

Πλάνο Διδασκαλίας

Αυτό το πλάνο μαθήματος έχει ως κύριο στόχο να αναδείξει τα τοπικά προϊόντα της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης και να τα συνδέσει με την ιστορία, την παράδοση και τον πολιτισμό της. Πιο συγκεκριμένα τα προϊόντα που αναδεικνύονται από το συγκεκριμένο πλάνο μαθήματος είναι τα **αλίπαστα**, ο **καβουρμάς**, το **λουκάνικο**, οι **ελιές Θρούμπες Θάσου**, το **ελaiόλαδο**, τα **σπαράγγια**, ο **Θρακιώτικος χαλβάς**, το **πεπόνι**, το **μέλι** και οι **κουραμπιέδες Νέας Καρβάλης**. Τα παιδιά θα δουν τα προϊόντα αυτά σε παραδοσιακές συνταγές όσο μαθαίνουν για τη διατροφική τους αξία, τις διατροφικές ομάδες αλλά θα κάνουν και γευσιγνωσία. Τα εργαλεία των παιδιών σε αυτό το ταξίδι θα είναι η κριτική τους σκέψη, η δημιουργικότητα, η συνεργασία, τα Μαθηματικά, η Γλώσσα και η χρήση τεχνολογικών μέσων.

Το πλάνο μαθήματος είναι Διαφοροποιημένης Εκπαίδευσης και απευθύνεται σε παιδιά από νήπιο μέχρι και τις πρώτες τάξεις του Γυμνασίου. Είναι σχεδιασμένο με τις αρχές του Καθολικού Σχεδιασμού και, πέρα από τον κύριο στόχο της εξοικείωσης των παιδιών με τα προϊόντα και τα έθιμα της δυτικής Μακεδονίας, έχει παράλληλους στόχους την καλλιέργεια δεξιοτήτων και τη Συναισθηματική Αγωγή. Για να απευθύνεται το πλάνο μαθήματος σε τόσο ευρεία ηλικιακή κλίμακα, είναι διαρθρωμένο σπονδυλωτά με τέσσερα διακριτά μέρη, ανεξάρτητα μεταξύ τους, που μπορούν να παραλειφθούν ανάλογα με την ηλικιακή βαθμίδα και την ετοιμότητα των παιδιών. Το καθένα από τα μέρη αυτά όμως εμβαθύνει και χτίζει στις ίδιες έννοιες με τα προηγούμενα δημιουργώντας συνοχή και σχηματίζοντας ένα ψηφιδωτό που μπορεί πολυμορφικά να ανταποκριθεί διαφοροποιημένα, ανάλογα με τις ανάγκες της τάξης, την στόχευση και τον χρόνο που έχει ο εκπαιδευτικός στη διάθεσή του. Οι έννοιες που έχουν επιλεγεί για αυτό το πλάνο μαθήματος είναι η **κοινωνική πίεση** και ο **φόβος της αποτυχίας**, η **άποψη**, το **γεγονός**, η **προτίμηση** και η **δημιουργικότητα** στο δίπολο **ασφάλεια** και **ελευθερία**. Έννοιες που συμβάλλουν στη Συναισθηματική Αγωγή των παιδιών και διαμορφώνουν στάσεις και συμπεριφορές.

Ενδεικτικός Χρόνος

8

διδασκαλίες
ώρες

- 3 διδακτικές ώρες – Γλώσσα
- 2 διδακτικές ώρες – Μαθηματικά
- 2 διδακτικές ώρες – Μελέτη Περιβάλλοντος
- 1 διδακτική ώρα – Πληροφορική

Βαθμός Δυσκολίας

8/10

Υλικά

Διδασκαλία, Φύλλα Εργασιών,
Προϊόντα για την υλοποίηση των συνταγών

Διδακτικοί Στόχοι

Γλώσσα

- Επεξεργασία κειμένου
- Παραγωγή προφορικού λόγου
- Παραγωγή γραπτού λόγου και πολυτροπικών κειμένων
- Εξαγωγή πληροφοριών από κείμενο
- Ακολουθία οδηγιών
- Αυτόνομη ανάγνωση άγνωστου κειμένου

Πληροφορική

- Ακολουθία οδηγιών σε ψευδογλώσσα
- Εισαγωγή σε αλγοριθμική λογική

Μαθηματικά

- Μοτίβα
- Αναλογίες
- Προβλήματα
- Γρίφοι λογικής

Μελέτη Περιβάλλοντος – Συναισθηματική Αγωγή

- Διατροφική αξία
- Ισορροπημένη διατροφή
- Ποιότητα ζωής
- Συμπληρωματικότητα και συνεργασία
- Ενσωμάτωση και συμπερίληψη
- Παραδόσεις και Έθιμα του τόπου μου

Δεξιότητες

Κριτική ικανότητα

- Αναλυτική ικανότητα
- Εξαγωγή πληροφοριών
- Συμπερασματική λογική
- Επιχειρηματολογία
- Διακριτική ικανότητα

Συνεργασία

- Ομαδικότητα
- Συμβιβασμός και Επιχειρηματολογία
- Ηγετικά χαρακτηριστικά

Επικοινωνιακή ικανότητα

Ικανότητα παρουσίασης και έκθεσης

Γνωστική ευελιξία

Αυτογνωσία

Ικανότητα παρουσίασης

Συγκέντρωση

Δημιουργικότητα

- Φαντασία
- Συνδυαστική ικανότητα
- Αποκλίνουσα σκέψη
- Μετάβαση από την ιδέα στην πράξη

Οργάνωση και προγραμματισμός

Κατακερματισμός έργων

Ικανότητα αυτοαξιολόγησης

Μέθοδοι Διδασκαλίας και Κινητοποίησης

- Μαιευτική (ερωταπαντήσεων)
- Διαθεματικότητα
- Θετική ψυχολογία
- Αυτονομία στη μάθηση
- Διερευνητική μάθηση
- Διαβάθμιση δυσκολίας
- Δραστηριότητα για το σπίτι
- Παράλληλη αξιολόγηση
- Εμβάθυνση
- Ανάδειξη πρακτικής εφαρμογής
- Ομαδοσυνεργατική μάθηση
- Ετεροδιδασκαλία
- Άρρητη μάθηση
- Αυτοαξιολόγηση
- Έμμεση αξιολόγηση
- Άμεση αξιολόγηση

ΜΕΡΟΣ

Τα προϊόντα και η ιστορία του τόπου

3

διδασκτικές
ώρες

Για το Μέρος 1 υπάρχουν κείμενα διαβαθμισμένης δυσκολίας και καθένα από τα κείμενα περιλαμβάνει μία από τις ομάδες τοπικών προϊόντων που αναδεικνύει το πλάνο μαθήματος.

Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες και αναλαμβάνουν να κάνουν έρευνα για κάποια από τα προϊόντα. Παίρνουν ένα κείμενο ως πηγή, από το οποίο χρειάζεται να αντλήσουν πληροφορίες και να συμπληρώσουν ένα φύλλο εργασιών, καλύπτοντας στόχους της **Γλώσσας** μέσα από την **Επεξεργασία Κειμένου**, αλλά και διερευνητικών δεξιοτήτων. Όταν ολοκληρώσουν την έρευνά τους, φτιάχνουν μία παρουσίαση για τις υπόλοιπες ομάδες, ώστε να τους κοινοποιήσουν τα αποτελέσματά τους. Στο αναστοχαστικό κομμάτι των παρουσιάσεων θα μπορούσαν να κάνουν παρατηρήσεις ως προς την αξία ή την πληρότητα των πληροφοριών που πήραν.

Τα κείμενα που δίνονται στα παιδιά διαπνέονται από διαφορετικές έννοιες τις οποίες θα αναγνωρίσουν τα παιδιά, όπως έχουν και διαβάθμιση δυσκολίας, ώστε να μπορούν να καλύψουν όλα τα επίπεδα ετοιμότητας διαφορετικών μαθητών.

Στόχοι

- Να κατανοήσουν τα παιδιά τη σύνδεση τοπικών προϊόντων με την ιστορία, το κλίμα και την πολιτισμική ταυτότητα του τόπου
- Να εξασκηθούν στην αναζήτηση και κατανόηση πληροφοριών
- Να αναπτύξουν δεξιότητες συνεργασίας και παρουσίασης

Δραστηριότητες

- Αυτόνομη ανάγνωση διαφορετικού κειμένου ανά ομάδα
- Συμπλήρωση φύλλου εργασίας με ερωτήσεις
- Δημιουργία σύντομης παρουσίασης με αφίσα / PowerPoint / κόμικ / μακέτα
- Θεατρική αναπαράσταση
- Παρουσίαση στην τάξη και αναστοχασμός



Κατέβασε
το υλικό του
1ου μέρους εδώ



Για μεγαλύτερες τάξεις

Σε μεγαλύτερες τάξεις, τα κείμενα, μαζί με τα αντίστοιχα Φύλλα Εργασιών, δίνονται σε ομάδες παιδιών τα οποία πρέπει να διαχειριστούν αυτόνομα. Αφού τα παιδιά διαβάσουν το κείμενο που έχει δοθεί στην ομάδα τους, θα πρέπει να ετοιμάσουν μια παρουσίαση που να δείχνει και στην υπόλοιπη τάξη τόσο την ιστορία που διάβασαν, τα προϊόντα και τις συνταγές που παρουσιάζονται σε αυτή, όπως και την κεντρική έννοια που πραγματεύεται το κείμενο.

Για να μπορούν τα κείμενα να απευθύνονται σε τόσο διαφορετικές ηλικιακές ομάδες έχουν γραφτεί με την τεχνική της εμβάθυνσης. Υπάρχουν τρία επίπεδα στα οποία μπορούν να εμβαθύνουν τα παιδιά, το επίπεδο της ιστορίας του κειμένου, το επίπεδο των τοπικών προϊόντων και των συνταγών και το επίπεδο της έννοιας που διατρέχει καθένα από τα κείμενα. Πιο μικρά παιδιά μπορεί να μείνουν στη γραμματική της ιστορίας και στους ήρωες ενώ τα μεγαλύτερα παιδιά μπορούν να εμβαθύνουν και να πραγματευτούν τις έννοιες που πλέκονται παράλληλα με την ιστορία και τις διαφορετικές συνταγές.



Για μικρότερες τάξεις

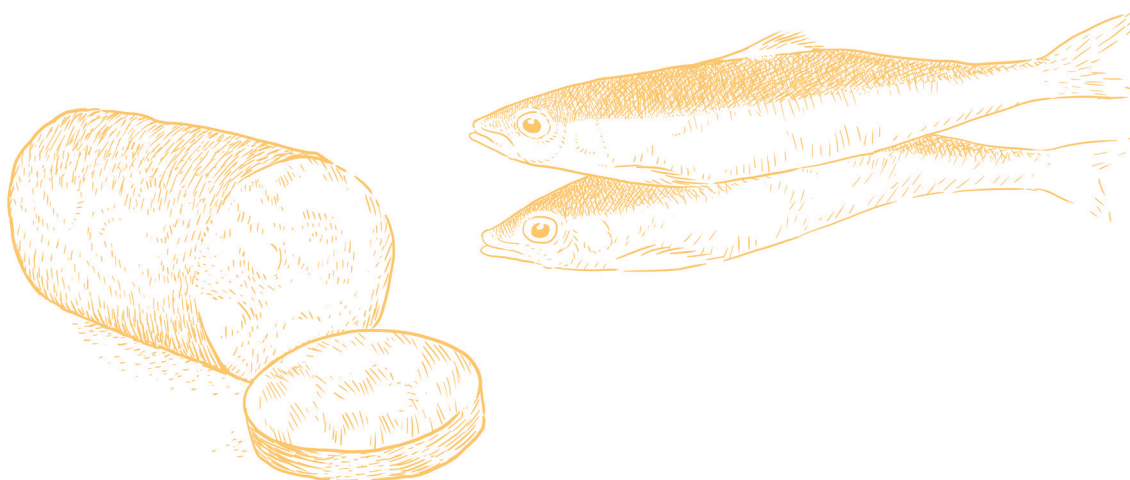
Τα μικρότερα παιδιά, που μπορεί να μην έχουν ευχέρεια στην ανάγνωση ή την επεξεργασία κειμένου, μπορούν να ακούσουν το κείμενο να το κάνει ανάγνωση ο εκπαιδευτικός, να συζητούν με ενδιαμέσες ερωτήσεις για να το κατανοήσουν και μετά να μπου σε ομάδες ώστε να απαντήσουν τις ερωτήσεις από το Φύλλο Εργασιών ως παιχνίδι.

Οι περισσότερες ερωτήσεις είναι πολλαπλής επιλογής και με ένα αυτοσχέδιο σύστημα πόντων οι διαφορετικές ομάδες μπορούν να παίρνουν ή να χάνουν πόντους απαντώντας σωστά ή λάθος στις ερωτήσεις αυτές. Έτσι, το Μέρος 1 λειτουργεί εξίσου αποτελεσματικά ακόμα και σε παιδιά νηπίου. Φυσικά οι ερωτήσεις που αφορούν τις έννοιες του κειμένου μπορούν να παραλειφθούν.

Μια ποικιλία στη μέση

Το καλοκαίρι η Θάσος έχει μια δική της, αργή ανάσα. Ο αέρας κουβαλάει μυρωδιές από αλμύρα, ώριμα σύκα και τον καπνό των ψησταριών. Παρέες από την Καβάλα, την Κομοτηνή, την Ξάνθη και τα γύρω χωριά, σπεύδουν σε εκείνο το μεταίχμιο που παντρεύει θάλασσα και βουνό, να βρεθούν στο ίδιο τραπέζι, να φάνε, να αλλάξουν παραστάσεις και να ανταλλάξουν απόψεις. Εκείνο το Σάββατο, όπως και όλα τα απογεύματα του καλοκαιριού, ο ήλιος γέρνει πίσω από τα χαμηλά βουνά και η θάλασσα στον όρμο μοιάζει με χρυσό χαλί που βάφει τα γαλάζια νερά με πορτοκαλί και ροζ αποχρώσεις.

Η παρέα έχει μαζευτεί σ' ένα τραπέζι στον Λιμένα, στην άκρη της προβλήτας στο παλιό λιμάνι, σε ένα ταβερνάκι ακριβώς πάνω στο νερό. Οι βάρκες λικνίζονται και το άρωμα του ψητού χταποδιού πλανάται στον αέρα και κάθεται πάνω στο μεγάλο ξύλινο τραπέζι με τα λευκά τραπεζομάντηλα που χορεύουν στο θαλασσίνο αεράκι. Γεμάτες πιατέλες μόλις που φτάνουν από την κουζίνα: καβουρμάς ζεστός, κομμένος σε χοντρές φέτες, αλίπαστες σαρδέλες, γαύρος και σκουμπρί που αφήνουν το λάδι τους να στάζει, γαριδάκι ψητό με λαδολέμονο, μερικά πλοκάμια χταποδιού ψητά, μια καβουροσαλάτα, σπαράγγια του κάμπου βραστά, ελιές θρούμπες από τον τόπο, γυαλιστερές και μαύρες σαν βότσαλα, λουκάνικα χωριάτικα καπνιστά, φρέσκα χόρτα και παξιμάδια. Φρεσκοψημένο ψωμί για το ελαιόλαδο και το μόνο που μένει να αποφασιστεί τώρα είναι το κρασί!



Ο Λεωνίδας, πλησιάζει σκουπίζοντας
τα χέρια στην ποδιά του και πιάνει
το μπλοκάκι να γράψει:
«Τι θα πιούμε σήμερα παιδιά;» ρωτά.

«Φέρε μια κανάτα κόκκινο Λημνιό
από τη Μαρώνεια κυρ-Λεωνίδα»,
πετάγεται η Ευγενία.

«Το αρχαιότερο κρασί της Ελλάδας, αυτό
που έπιναν από την εποχή του Ορφέα!»

«Κάτσε Ευγενία, θαλασσινά τρώμε δίπλα
στο κύμα. Γιατί να μην πάρουμε λευκό
κρασί που πίνεται και κρύο;»
απαντά ο Μανώλης.

«Αν θες από Μαρώνεια, ας πάρουμε το
λευκό το ασύρτικο», χτυπώντας το χέρι
του στο τραπέζι, λες και είχε κερδίσει ήδη
τη μάχη.

«Τι σημασία έχει τι λένε
ότι ταιριάζει; Σημασία έχει
τι θέλεις να πεις!»
αντέτεινε η Ευγενία.

«Αν θέλω το κρασί να είναι πλούσιο
και με γεμάτη γεύση, θα πιω κόκκινο,
κι ας τρώω κι αχινούς.»

«Δεν έχεις άδικο Ευγενία αλλά εμείς γιατί να πιούμε κόκκινο καλοκαιριάτικα επειδή το θες εσύ;» πετάγεται ο Σταύρος.

«Να πάρουμε μία κανάτα λευκό και μία κανάτα κόκκινο να τελειώνουμε; Ή μήπως προτιμάτε το ροζέ;»

«Με το ροζέ δεν είναι κανείς χαρούμενος», απαντά η Ελένη.

«Ή είναι όλοι μισο-ικανοποιημένοι» λέει ο Πέτρος, τσιμπώντας ένα λουκάνικο με το πιρούνι του.

«Αν είναι να διαλέξουμε πάντως, εγώ προτιμώ το λευκό», ολοκληρώνει τη φράση του κατεβάζοντας το λουκάνικο.

«Λευκό ζητάς αλλά το λουκάνικο τσιμπάς και τον καβουρμά», τον πειράζει η Ευγενία.

«Αφού τρως το κρέας, τι το θες το λευκό που πάει με τα θαλασσινά;»

«Ρε αστυφύλακα που βάλαμε στο ποτήρι μας!» λέει νευριασμένα ο Πέτρος που έχει τσιμπήσει και τον καβουρμά τώρα στο πιρούνι.

«Θα μου πεις τι θέλω να πιω ή τι πρέπει να φάω;» απάντησε πειραγμένος που ένιωσε ότι μετρούν τις μπουκιές του.

«Καλά» λέει ο κυρ-Λεωνίδας.

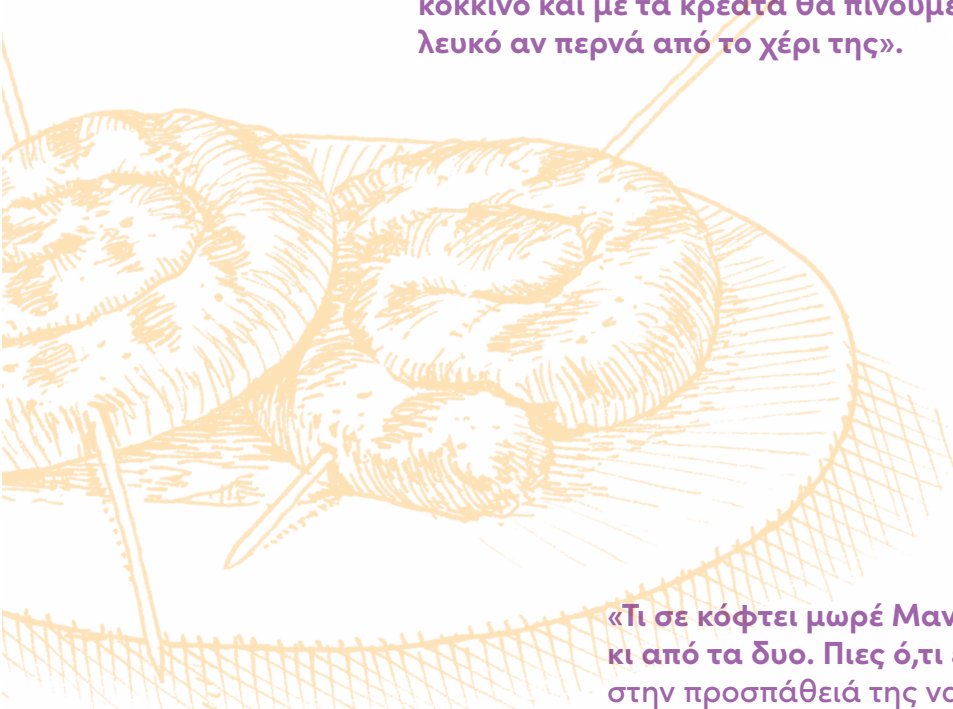
«Με εσάς τα ίδια κάθε φορά. Θα φέρω μία κανάτα κι από τα δύο και σκοτωθείτε μόνοι σας, ποιος θα πει τι. Αν τελειώσει κάτι, σας το ξαναγεμίζω. Κάθε φορά η ίδια ιστορία» μονολογεί φεύγοντας από το τραπέζι.



Οι πιατέλες μοσχοβολούσαν,
αλλά η κουβέντα μπαίνει όλο και
σε πιο βαθιά νερά.

«Κλασική Ευγενία» πετάγεται ο Μανώλης.

«Ανατρέπει τα πάντα για να περάσει
το δικό της. Θα ξεχάσουμε κι αυτά που
ξέρουμε. Με τα θαλασσινά θα πίνουμε
κόκκινο και με τα κρέατα θα πίνουμε
λευκό αν περνά από το χέρι της».



«Τι σε κόφτει μωρέ Μανώλη εσένα τώρα; Αφού πήραμε
κι από τα δυο. Πιες ό,τι έχεις όρεξη», απαντά η Ελένη
στην προσπάθειά της να ηρεμήσει τα πνεύματα
και να προλάβει την απάντηση της Ευγενίας.

«Άμα εκείνη θέλει να φάει θρούμπες, που έχουν έντονη
γεύση, ας φάει. Αν θέλει να φάει σπαράγγια, που είναι
ήπια αλλά έχουν πιο ωραίο και κρατσανιστό δάγκωμα,
ας προτιμήσει αυτά. Αν θέλει να φάει κι από τα δύο ας φάει
κι από τα δύο. Γι' αυτό δεν πήραμε ποικιλία; Για να έχει
ο καθένας να φάει ό,τι θέλει και να δοκιμάσει ό,τι τραβά
η καρδιά του. Γιατί πρέπει να τσακωνόμαστε για αυτό;»

«Υπάρχει όμως και μία τάξη στα πράγματα. Δεν θα μας
τρελάνει. Τα θαλασσινά θέλουν λευκό κρασί, που έχει
οξύτητα και καθαρίζει τον ουρανίσκο, και τα κρέατα θέλουν
κόκκινο που είναι βαρύ και δεν σκεπάζει τη γεύση τους»,
συνεχίζει ο Μανώλης.

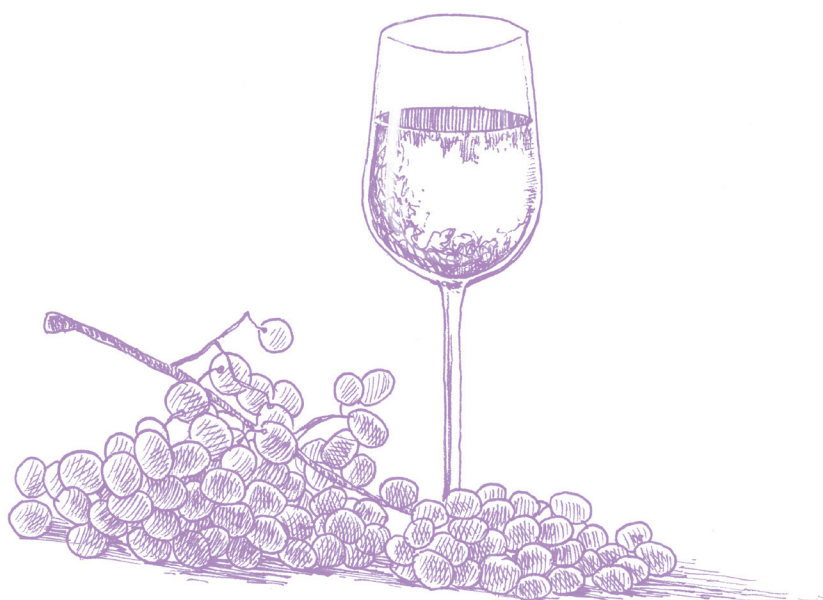
«Άμα θέλει να πιει κόκκινο με τα θαλασσινά, ας κάνει ό,τι
ξέρει. Αλλά όχι να μας πείσει ότι έτσι είναι και το σωστό»,
λέει θιγμένος ο Μανώλης που τσιμπά μία σαρδέλα
και λίγα χόρτα για να φτιάξει μία ισορροπημένη μπουκιά.

«Εσύ όλα τα ξέρεις κι όλα τα έχεις διαβάσει κάπου», επανέρχεται φουριόζα στη συζήτηση η Ευγενία.

«Εγώ τουλάχιστον έχω άποψη. Δεν λέω για δικά μου όσα διαβάζω, είτε τα καταλαβαίνω είτε όχι, είτε συμφωνώ είτε διαφωνώ. Άμα αύριο διαβάσεις ότι με τα θαλασσινά ταιριάζει η ζεστή σοκολάτα, θα σε δούμε να βουτάς τον τσίρο στο κακάο και να λες για την ανωτερότητα των αλμυρόγλυκων γεύσεων.»

«Το πρόβλημα με τον τρόπο που σκέφτεσαι Ευγενία δεν είναι ότι έχεις άποψη, αλλά ότι δεν αναγνωρίζεις σωστό και λάθος. Για εσένα σωστό είναι ό,τι σε εξυπηρετεί και λάθος ότι δεν σε βολεύει. Πριν λίγο έλεγες ότι μπορείς να πίνεις κόκκινο κρασί με τα θαλασσινά, αν σου αρέσει, αλλά ειρωνευόσουν τον Πέτρο που ζήτησε λευκό κρασί ενώ έτρωγε λουκάνικο και καβουρμά. Αυτός δεν μπορεί, όπως κι εσύ, να πίνει ότι του αρέσει; Άμα έχετε την ίδια προτίμηση, έχει δίκιο κι, αν έχετε διαφορετική, έχει άδικο;» μπαίνει στη συζήτηση και ο Σταύρος που είχε κάτσει ήρεμος για ώρα.

«Μην κάνω μια πλάκα στον Πέτρο, αμέσως να πέσετε να με φάτε», απαντά αμυντικά η Ευγενία.



Η Ελένη, που μέχρι εκείνη τη στιγμή γέμιζε το ποτήρι της με κρασί, αναστενάζει.

«Άποψη, προτίμηση, γεγονός... Σας ακούω τόση ώρα και τα έχετε κάνει σαλάτα. Το γεγονός είναι ότι η περιοχή μας έχει ποικιλία σε γεύσεις και ανθρώπους. Η προτίμηση είναι το τι βάζει ο καθένας στο πιάτο του. Η άποψη είναι το τι θεωρεί καλύτερο. Το πρόβλημα ξεκινά όταν ο καθένας θέλει να βαφτίσει την άποψή του γεγονός και να γίνει κανόνας.»

Η Ελένη σήκωσε το ποτήρι για να κάνει πρόποση.

«Μάλλον το νόημα δεν είναι να αποδεικνύεις πως έχεις δίκιο. Είναι να ξέρεις να κάθεται στο ίδιο τραπέζι με τον άλλον, ακόμα κι όταν δεν συμφωνείς. Σεβασμός και συμπερίληψη δεν είναι να προσκαλείς κάποιον στο τραπέζι και μετά να του λες τι πρέπει να φάει. Είναι να του δίνεις χώρο να βάλει το δικό του πιάτο και να του επιτρέψεις να είναι αυθεντικός. Η αυθεντικότητα δεν είναι να διαλέγεις στρατόπεδο. Είναι να μένεις αληθινός σε ό,τι είσαι, αλλά και να δίνεις χώρο στον άλλον να κάνει το ίδιο.»

«Τώρα, μάλιστα! Τώρα μιλάς σωστά», συμφώνησε ο Πέτρος, κατεβάζοντας ολόκληρο ένα γαριδάκι και σκουπίζοντας τα χέρια του στο χάρτινο τραπεζομάντηλο.

«Κι εγώ αγαπώ τις σαρδέλες, αλλά άμα δεν βάλεις στο τραπέζι και το λουκάνικο, είναι σαν να λείπει το μισό τραγούδι.»

«Ή σαν να ακούς λύρα χωρίς νταούλι», πρόσθεσε γελώντας η Ευγενία.

Σιγά σιγά, οι γεύσεις στα πιάτα άρχισαν να μοιάζουν με μεταφορές. Οι ελιές Θάσου, αλμυρές και δυνατές, ήταν σαν τις απόψεις που δεν υποχωρούν εύκολα. Ο **καβουρμάς**, με τη βαριά μυρωδιά του μπαχαρικού, έφερνε στο μυαλό τις παραδόσεις που κρατάνε χρόνια και δεν αλλάζουν. Τα **σπαράγγια**, τρυφερά και με πιο ήπια γεύση, θύμιζαν τις νέες ιδέες και τις προτιμήσεις που χρειάζονται χώρο για να αναπτυχθούν.

Κι εκεί φάνηκε η ουσία: αν στο τραπέζι αφήσεις μόνο μια γεύση, μπορεί να φαίνεται οικείο και ασφαλές, αλλά του λείπει όλο το φάσμα που το κάνει πλούσιο. Το ίδιο συμβαίνει και με τους ανθρώπους.

Η Ελένη έγειρε μπροστά και χαμήλωσε τη φωνή.

«Ξέρεις τι διαχωρίζει την προτίμηση από τη συμπερίληψη;» ρώτησε.

Και απάντησε μόνη της:

«Προτίμηση είναι να σου αρέσει κάτι περισσότερο από κάτι άλλο. Συμπερίληψη είναι να φτιάχνεις τον κόσμο έτσι ώστε να μη χωράει μόνο αυτό που σου αρέσει».

Ο κυρ-Λεωνίδας είδε ότι τα πνεύματα είχαν ηρεμήσει και κατάλαβε ότι το γεύμα έφθανε στο τέλος του. Πλησίασε και μοίρασε πιατέλες με χαλβά δίπλα σε πεπόνι.

«Κι εγώ λέω πως το φινάλε είναι το πιο σημαντικό. Μπορεί να φάτε ό,τι θέλετε, αλλά αν το τέλος είναι γλυκό, αξίζει η διαδρομή», συμπλήρωσε κι αυτός.

Εκείνο το μικρό τραπέζι με το λευκό τραπεζομάντηλο, πάνω στο κύμα, έγινε μικρογραφία ενός χωριού, μιας περιφέρειας, μιας χώρας. Όπου η πολιτική, η γεύση κι η κουλτούρα συναντιούνται, το ζήτημα δεν είναι ποιο πιάτο θα επικρατήσει, αλλά αν όλοι θα έχουν τη θέση τους στο τραπέζι.

Ο ήλιος είχε χαθεί πια πίσω από το βουνό αφήνοντας μόνο κάποιες μαβιές ανταύγειες να λούζουν τα νερά. Το τραπέζι, παρά τις διαφωνίες, έχει αδειάσει. Όλοι ξέρουν, ακόμη κι αν δεν το παραδέχονται, ότι η επόμενη συνάντηση θα έχει ξανά κόκκινο και λευκό κρασί. Μέχρι τότε, η Θάσος μπορεί να επιστρέψει πάλι πίσω στη δική της αργή και ήρεμη ανάσα.



Ψάξε στο κείμενο και βρες τις απαντήσεις στα ερωτήματα!

1

Πού εκτυλίσσεται η ιστορία;

- A Σε μια ταβέρνα στην Ξάνθη
- B Σε ένα παραθαλάσσιο τραπέζι στη Θάσο
- Γ Στην αγορά της Κομοτηνής
- Δ Σε ένα σπίτι στο χωριό

2

Ποιο είναι το κεντρικό θέμα της διαφωνίας ανάμεσα στους φίλους;

- A Το αν πρέπει να παραγγείλουν ψάρι ή κρέας
- B Το αν θα παραγγείλουν κόκκινο ή λευκό κρασί
- Γ Το αν ταιριάζει καλύτερα το κόκκινο κρασί με το κρέας
- Δ Το αν πρέπει να πιουν όλοι από το ίδιο κρασί

3

Γιατί ο ένας επέμενε στο κόκκινο κρασί;

- A Επειδή είναι φθηνότερο
- B Επειδή είναι το αρχαιότερο κρασί της περιοχής
- Γ Επειδή ταιριάζει καλύτερα με θαλασσινά
- Δ Επειδή το προτιμά από το λευκό

4

Τι αναδεικνύει η διαμάχη για το κρασί στην ιστορία;

- A Μια γευστική διαφωνία
- B Την ανάγκη για σεβασμό στις προτιμήσεις των άλλων
- Γ Μία οικονομική αντιπαράθεση
- Δ Ένα τυχαίο καβγαδάκι

5

Το κόκκινο Λημνιό κρασί από τη Μαρώνεια είναι το αρχαιότερο κρασί της Ελλάδας. Αυτό είναι:

A Άποψη

B Γεγονός

Γ Προτίμηση

6

«Η πιο ήπια γεύση και η οξύτητα που έχει το λευκό κρασί σε βοηθά να αλλάξεις γεύση και κάνει τα θαλασσινά να συνδυάζονται καλύτερα με αυτό», είπε ο Μανώλης. Αυτό είναι:

A Άποψη

B Γεγονός

Γ Προτίμηση

7

«Αν θέλω το κρασί να είναι πλούσιο και με γεμάτη γεύση, θα πιω κόκκινο, κι ας τρώω κι αχινούς», είπα η Ευγενία. Αυτό είναι:

A Άποψη

B Γεγονός

Γ Προτίμηση

8

«Δεν θα έπρεπε όλοι να πιούμε κόκκινο κρασί επειδή το θες εσύ», απάντησε ο Σταύρος στην Ευγενία. Αυτό είναι:

A Άποψη

B Γεγονός

Γ Προτίμηση

9

Πιστεύεις ότι είναι καλύτερο η παρέα να πάρει μία κανάτα λευκό και μία κανάτα κόκκινο κρασί ή να πάρει καλύτερα ροζέ για να πίνουν όλοι το ίδιο; Τι από τα δύο σου φαίνεται πιο δίκαιο; Τι από τα δύο είναι ισότητα;

Απάντηση

10

Καταλαβαίνεις ότι η Ευγενία...

- A ... πιστεύει ότι ο καθένας πρέπει να κάνει αυτό που προτιμά.
- B ... πιστεύει ότι το λευκό κρασί δεν πηγαίνει καλύτερα με το ψάρι αλλά με το κρέας.
- Γ ... ενδιαφέρεται για τις προτιμήσεις των άλλων και κοιτά να ικανοποιούνται.
- Δ ... ενδιαφέρεται περισσότερο να γίνει αυτό που θέλει.

11

Καταλαβαίνεις ότι ο Μανώλης...

- A ... ήθελε να γίνουν τα πράγματα όπως συνηθίζεται για να νιώθει ότι τα κάνει σωστά.
- B ... δεν ήθελε να γίνει αυτό που έλεγε η Ευγενία για να της πάει κόντρα.
- Γ ... ήθελε να δημιουργήσει ένταση για να μην πάρουν κρασί.
- Δ ... αμφιβάλει για τις επιλογές του αν οι άλλοι κάνουν αντίθετες επιλογές.

12

Καταλαβαίνεις ότι η Ελένη...

- A ... δεν συμπαθεί την Ευγενία.
- B ... θέλει να βρει μία συμβιβαστική λύση για να μην τσακώνονται.
- Γ ... θέλει όλοι να νιώθουν άνετα να κάνουν αυτό που προτιμούν ακόμα κι αν διαφωνεί.
- Δ ... θέλει να περάσει το δικό της και στηρίζει αυτούς που συμφωνούν μαζί της.

13

Αν καθόσουν στον τραπέζι, μαζί με την παρέα, ποιανού το μέρος θα έπαιρνες, της Ευγενίας, του Μανώλη, του Σταύρου ή του Πέτρου; Γιατί;

Απάντηση

14

Περίγραψε τι είναι το γεγονός, η άποψη και η προτίμηση. Μπορεί δύο άνθρωποι να βλέπουν διαφορετικά ένα γεγονός και να έχουν και οι δύο δίκιο; Μπορεί δύο άνθρωποι να έχουν διαφορετικές προτιμήσεις και να είναι σωστές και οι δύο; Μπορεί δύο άνθρωποι να έχουν διαφορετικές απόψεις και να είναι σωστοί και οι δύο; Δώσε αντίστοιχα παραδείγματα από την καθημερινότητά σου!

Απάντηση

15

Καταλαβαίνεις τι είναι η συμπερίληψη όπως την περιγράφει η Ελένη; Τι σχέση έχει με την περιγραφή του γεγονότος, της προτίμησης και της άποψης;

Απάντηση

16

Ποιος από τους Ευγενία, Μανώλης και Σταύρος σου δείχνει με τη στάση του ότι είναι πιο κοντά στην έννοια της συμπερίληψης; Γιατί; Τι άποψη έχεις για τον Πέτρο;

Απάντηση

17

Αν ήσουν ο κυρ-Λεωνίδας και έπρεπε να τους κεράσεις κρασί, τι κρασί θα πήγαινες ώστε να είσαι συμπεριληπτικός; Γιατί;

Απάντηση

Δραστηριότητα

Μερικές φορές, όταν οι επιλογές και οι προτιμήσεις μας είναι διαφορετικές από των άλλων, νιώθουμε λίγο αμήχανα ή άσχημα. Νιώθουμε ότι αν θέλουμε κάτι διαφορετικό από τους άλλους, τότε είτε εμείς δεν είμαστε σωστοί είτε οι άλλοι. Έτσι, μπορεί να προσπαθήσουμε να κρύψουμε τις προτιμήσεις μας ή να επιμένουμε σε αυτές μέχρι να τις υιοθετήσουν και οι άλλοι. Αν καταλήξουμε να συμφωνούμε όλοι στο ίδιο, μπορούμε όλοι να έχουμε δίκιο.

Με τον ίδιο τρόπο, και οι χαρακτήρες στην ιστορία έχουν την τάση να επιβάλουν την προτίμησή τους στους άλλους για να νιώσουν καλά με αυτή. Μπορείς να θυμηθείς κάποια στιγμή στην καθημερινότητά σου που προσπαθούσες να πείσεις ότι αυτό που αρέσει σε εσένα είναι το σωστό και τα άλλα είναι λάθος; Υπήρχε κάποια στιγμή που κάποιος σε κορόιδεψε για αυτό που ήθελες, ώστε να φανεί ότι αυτό που κάνει αυτός είναι το σωστό; Τι έμαθες από αυτή την ιστορία;

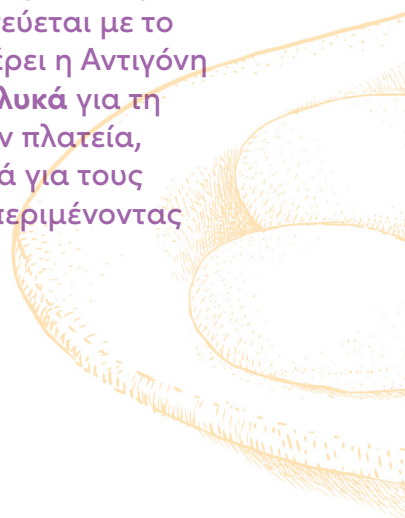
Μελο-Κουραμπιέδες

Φτάνουν τα Χριστούγεννα στον Βώλακα κι οι στέγες των πετρόχτιστων σπιτιών σκύβουν κάτω από το βάρος του χιονιού που τις σκεπάζει σαν λευκή κουβέρτα. Οι καμινάδες καπνίζουν τεμπέλικα κι οι δρόμοι μυρίζουν ξύλο και τζάκι. Στρίβεις στη γωνία και βουτάς σε ένα κύμα ευωδιάς από φρέσκο βούτυρο και φρεσκοψημένα μελομακάρονα που βγαίνουν από τον φούρνο του χωριού. Από το παράθυρο βλέπεις όλο το χωριό να κινείται αργά, αλλά χαρμόсуνα και γιορτινά, στον ήχο της καμπάνας, σαν να ακολουθούσε έναν παλιό, γνώριμο ρυθμό. Σχεδόν ακούς τα κάλαντα των παιδιών, τα οποία σε λίγες μέρες θα ξεχυθούν με τα τρίγωνά τους στα σοκάκια, μόλις κλείσουν τα σχολεία.

Η Αντιγόνη κάθεται στην κουζίνα όταν ο Νικόλας μπαίνει μέσα φουριόζος! Η ζέστη από την ξυλόσομπα ανακατεύεται με το άρωμα του βουτύρου και της ζάχαρης άχνης. Ξέρει η Αντιγόνη ότι τα παιδιά θα φτιάξουν Χριστουγεννιάτικα γλυκά για τη γιορτή του σχολείου και θα τα προσφέρουν στην πλατεία, σε όλο το χωριό. Για αυτό έχει πάρει ήδη τα υλικά για τους κουραμπιέδες και τα έχει απλώσει στον πάγκο, περιμένοντας τον Νικόλα να γυρίσει από το σχολείο.

Όλο το χωριό ανυπομονεί να φάει τους κουραμπιέδες της Αντιγόνης! Από τότε που ήρθε στο χωριό, από τη Νέα Καρβάλη, οι κουραμπιέδες της ξεπερνούν ακόμα κι αυτούς του φούρνου. Κι η φουρνάρισα ακόμα έχει σταματήσει πια να προσπαθεί να την ανταγωνιστεί: «Αφού είναι από τη Νέα Καρβάλη», λέει, «Έχει όλα τα μυστικά για τη συνταγή του κουραμπιέ», δικαιολογείται και παινεύει τα μελομακάρονα και τις δίπλες της για αντιστάθμισμα.

Η Αντιγόνη ανυπομονεί να περάσει τα μυστικά αυτά στον Νικόλα και τώρα νιώθει ότι έχει φτάσει η ώρα να φτιάξουν μαζί τους κουραμπιέδες όπως τους ξέρει αυτή. Ο Νικόλας, μπαίνει φουριόζος στην κουζίνα και πετά την τσάντα του σε μία καρέκλα πριν ξεκινήσει να γυρίζει γύρω από τον πάγκο της κουζίνας ανυπόμονος.



«Μαμά, έχω μια ιδέα
φέτος! Λέω να κάνουμε
κάτι διαφορετικό»,
λέει με ενθουσιασμό
και το βλέμμα του λάμπει.

«Διαφορετικό;» σηκώνει το φρύδι
η μητέρα του ενώ κοσκινίζει τη ζάχαρη.
«Τι εννοείς;»

«Σκέφτηκα ότι μπορούμε να βάλουμε
μέλι στους κουραμπιέδες αντί
για ζάχαρη άχνη! Να τους κάνουμε...
μελο-κουραμπιέδες! Θα είναι οι πρώτοι
στο χωριό!»

Η Αντιγόνη γύρισε και τον κοίταξε
σαν να της είχε πει να βάλουν τυρί φέτα
στον καφέ.

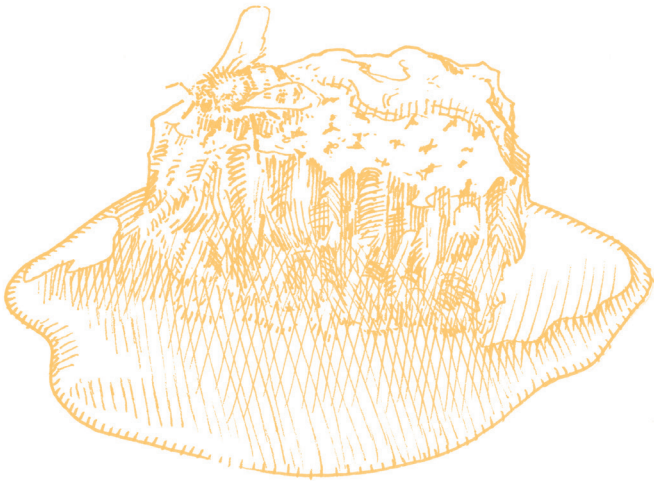
«Νικόλα μου, κουραμπιές χωρίς ζάχαρη
άχνη δεν είναι κουραμπιές. Είναι... κάτι
άλλο», του είπε και του έριξε ένα βλέμμα
γεμάτο κατανόηση.

«Ναι! Μα, αν έχουν μέλι αντί για
ζάχαρη άχνη, θα τρώω όσους θέλω
χωρίς να λερώνονται τα ρούχα μου
από τη σκόνη!», απάντησε αυτός γεμάτος
περηφάνια που βρήκε τρόπο να φάει
περισσότερους κουραμπιέδες χωρίς
να τον καταλαβαίνουν...

«Γλυκιά η ζάχαρη, γλυκό και το μέλι,
δεν έχει διαφορά! Άσε που το ανθόμελο
της Ροδόπης είναι το πιο αρωματικό
και το πιο υγιεινό όπως λέει συνέχεια κι
ο παππούς!» είχε φτιάξει και επιχειρήματα
στο μυαλό του για να στηρίξει την ιδέα του.

Η Αντιγόνη έβγαζε τα **καβουρδισμένα αμύγδαλα** και τα άπλωνε σε μια λαδόκολλα στον πάγκο της κουζίνας στην προσπάθειά της να κρύψει την αμηχανία της. Από μικρή είχε μάθει ότι οι κουραμπιέδες της Καρβάλης δεν αλλάζουν. Ήταν παράδοση και η συνταγή έφερνε ασφάλεια: ήξερες πως όταν βγαίνει το ταψί από τον φούρνο, θα μυρίζει Χριστούγεννα όπως κάθε χρόνο.

Είχε μάθει τη συνταγή από τη μάνα της, κι εκείνη από τη δική της μάνα. Αν ξέρεις τα βήματα που σε οδηγούν στην επιτυχία γιατί να θες να τα αλλάξεις; «**Οι κουραμπιέδες της Αντιγόνης είναι σαν να τους έφτιαξε άγγελος**», έλεγαν στο καφενείο. Και ήξεραν όλοι ότι η φήμη αυτή ήταν προίκα από τον τόπο της, εκεί όπου οι κουραμπιέδες ήταν σχεδόν ιεροτελεστία. Όλοι στο χωριό περίμεναν να απολαύσουν τους κουραμπιέδες της Αντιγόνης κι αυτή θα τους παρουσίαζε κουραμπιέδες με μέλι! Θα γελούσε το χωριό μαζί της!



«**Νικόλα, αυτά δεν γίνονται**», είπε με πιο αυστηρό τόνο, αφού είδε ότι ο μικρός το εννοεί.

«**Οι κουραμπιέδες είναι κουραμπιέδες. Αν βάλεις μέλι, δεν είναι πια κουραμπιέδες. Θα μας κοροϊδεύει το χωριό. Δεν είναι τόσο απλό...**» πρόσθεσε έναν σχεδόν απολογητικό τόνο στη φωνή της όπως έκλεινε τη φράση. Σαν να του ζητάει συγγνώμη και να του δίνει να καταλάβει πως, αυτή τη φορά, δεν θα περάσει το δικό του.

Ο μικρός κατσούφιασε.

«**Δηλαδή δεν μπορώ να κάνω τίποτα όπως το θέλω εγώ; Πρέπει να κάνουμε πάντα ό,τι κάνατε εσείς;**» είπε απογοητευμένος και η Αντιγόνη κατάλαβε ότι δεν ήταν όπως συνήθως, που μεγαλοποιεί τα πράγματα απλά για να περάσει το δικό του.

Δεν απάντησε αμέσως. Έβαλε το βούτυρο στον κάδο του μίξερ και άρχισε να το χτυπάει μέχρι να γίνει αφράτο σαν κρέμα. Ο ήχος του μίξερ έσπαγε τη σιωπή, αλλά μέσα της η Αντιγόνη ένιωθε να παλεύει κάτι βαθύτερο: το επικριτικό βλέμμα των άλλων, όταν καταλάβουν ότι φέτος δεν θα φάνε τους φημισμένους κουραμπιέδες της, τον φόβο του καινούργιου, το γεγονός ότι αυτό για το οποίο είχε γίνει γνωστή και αποδεκτή από το χωριό θα αμφισβητηθεί και θα χαθεί.

Τα βάρη ήταν χαραγμένα στη μνήμη της όπως και οι κινήσεις: πρώτα το βούτυρο να χτυπηθεί μέχρι να ασπρίσει, μετά η άχνη και η βανίλια, μετά ο κρόκος και το κονιάκ, και τέλος τα αμύγδαλα και το αλεύρι. Σχεδόν μηχανικά το σώμα της ακολουθεί τη διαδικασία. Γιατί να το αλλάξει; Εκείνη γιατί έμαθε να ακολουθεί την παράδοση και τη συνταγή και τώρα να κάνει διαφορετικά;

«Αγάπη μου, τι σε έπιασε φέτος και θες να βάλουμε μέλι στους κουραμπιέδες; Δεν σε καταλαβαίνω», του είπε με περισσότερη στοργή από αυτή που ήθελε να βάλει στα λόγια της, για να μην πάρει πάλι θάρρος ο Νικόλας.

«Ο κύριος στο σχολείο μας μίλησε για τον Τελευταίο Πειρασμό. Για το βιβλίο του Καζαντζάκη. Μας είπε ότι το τελευταίο και μεγαλύτερο εμπόδιο του ήρωα ήταν ο Τελευταίος Πειρασμός. Η σκέψη ότι πρέπει να ακολουθήσουμε όλοι τον ίδιο δρόμο. Η σκέψη ότι, αν ακολουθήσουμε τον δρόμο που έχουν πάρει οι άλλοι πριν από εμάς, δεν θα χαθούμε. Αυτή είπε ότι είναι η σκέψη που μας εμποδίζει να ακολουθήσουμε τον δικό μας δρόμο. Αυτός είναι ο Τελευταίος Πειρασμός. Η ασφάλεια και η αποδοχή των άλλων, ότι κάναμε τα πράγματα όπως γίνονται», εξήγησε ο Νικόλας στη μαμά του και της είπε όσα τους είπε ο κ. Αστέριος στο σχολείο.

Της εξήγησε ότι αυτός θέλει να είναι ελεύθερος. Θέλει να φτιάξει τον δικό του δρόμο. Της εξήγησε λοιπόν πώς γεννήθηκε η ιδέα για τους κουραμπιέδες με μέλι.

Η Αντιγόνη ένιωσε μια ζεστασιά στην καρδιά της. Θυμήθηκε τη δική της μάνα, που την είχε μαλώσει μια φορά όταν είχε βάλει παραπάνω κανέλα στον μπακλαβά. Θυμήθηκε πώς είχε νιώσει μικρή — παγιδευμένη ανάμεσα στην αγάπη για την οικογένεια και την ανάγκη να δοκιμάσει το δικό της μονοπάτι. Έβλεπε τον γιο της να κοιτά ματαιωμένος και τότε κατάλαβε: αν δεν τον άφηνε, θα του μάθαινε μόνο τον φόβο της κριτικής, όχι την ελευθερία της έκφρασης.

«**Εντάξει**», ακούστηκε η φωνή να βγαίνει από τα χείλη της, «**ας κάνουμε τους κουραμπιέδες όπως θες εσύ**», είπε και το πρόσωπο του Νικόλα φωτίστηκε.

Η Αντιγόνη ένιωσε κάτι μέσα της να σπάει. Δεν μπορούσε να καταλάβει αν ήταν εκείνη η βάση που πάνω της πατούν τα πράγματα με ασφάλεια ή ήταν οι αλυσίδες που την περιόριζαν από το να δοκιμάζει πράγματα και να ανοίξει τον δικό της δρόμο. Ίσως να ήταν και τα δύο.

Πέρασε με ηρεμία την παλιά ποδιά της — αυτή με τα σχέδια από ρόδια — γύρω από τον λαιμό του Νικόλα και την έδεσε πίσω από την πλάτη του. Πάνω στο τραπέζι είχε απλώσει ήδη τα καβουρδισμένα αμύγδαλα, το αλεύρι και το ανθόνερο. Το μίξερ χτυπούσε ακόμα το φρέσκο βούτυρο αγελάδας.

«**Πες μου, πώς θες να τους κάνουμε;**» ρώτησε η Αντιγόνη κι ο Νικόλας ένιωσε να πέφτει στο κενό...

Μέχρι εκείνη τη στιγμή δεν είχε φανταστεί ότι θα μπορούσε όντως να περάσει το δικό του και δεν είχε σκεφτεί κάτι άλλο να προτείνει.

«**Εγώ**», είπε τραυλίζοντας, «**δεν ξέρω πώς να κάνω κουραμπιέδες. Έλεγα απλά να τους βουτήξουμε στο μέλι αντί να τους πασπαλίσουμε με ζάχαρη άχνη στο τέλος.**»

Ένιωσε ότι πέφτει. Δεν είχε βάση, για να στηριχτεί με ασφάλεια, να πατήσει και να σηκωθεί ψηλά σε κάτι νέο. Ήταν ελεύθερος να διαλέξει ό,τι θέλει κι όμως έπεφτε. «**Ας τους κάνουμε όπως ξέρεις και τους αλλάζουμε στο τέλος**», πρόσθεσε ο Νικόλας, ελπίζοντας ότι η γνώση της μητέρας του θα τον πιάσει σαν δίχτυ για να μην πέσει στην πρώτη του απόπειρα να πετάξει.



«Λέω να μη βάλουμε ανθόνερο αυτή τη φορά. Ειδικά αν σκοπεύεις να χρησιμοποιήσεις το ανθόμελο του παππού για το τελείωμα, νομίζω ότι το ανθόνερο θα είναι υπερβολή», είπε η Αντιγόνη και έδωσε θάρρος στον μικρό εξερευνητή με ένα φιλικό χτύπημα στον ώμο.

Τον άφησε να καταλάβει ότι αυτή είναι εκεί και τον στηρίζει.

«Μαμά, αν τους βάλουμε έτσι στον φούρνο, θα γίνουν όπως πάντα;» ρωτά αυθόρμητα ο Νικόλας.

«Περίπου όπως πάντα», απαντά αυτή.

«Όμως, αν μετά τους βγάλουμε και τους βουτήξουμε στο μέλι, θα είναι κάτι καινούργιο. Κι αν δεν αρέσουν; Κι αν χαλάσουμε τη συνταγή;» ξαναρωτά με μικρή ανησυχία ο Νικόλας.

«Τότε θα πούμε ότι δοκιμάσαμε. Και ότι δεν φοβηθήκαμε», τον καθησυχάζει η μητέρα του.

Όταν έφτασε το βράδυ, όλα ήταν έτοιμα. Η Αντιγόνη και ο Νικόλας κοιτούσαν με ανάμεικτα συναισθήματα τους κουραμπιέδες να λάμπουν από το μέλι. Τους στόλισαν σε μια μεγάλη πιατέλα και το επόμενο πρωί, τους πήγαν στην πλατεία για να τους μοιράσουν.

Ο ήλιος δεν άργησε να ανατείλει. Οι γυναίκες του χωριού και ο Δήμαρχος, με χοντρές μάλλινες ζακέτες, έστρωναν μακριά τραπέζια, σαν πάγκους, και άπλωναν πιατέλες με γλυκά πάνω στα κόκκινα τραπεζομάντηλα. Σε ένα από αυτά τα τραπέζια ακούμπησε και η Αντιγόνη την πιατέλα με τους μελοκουραμπιέδες και στάθηκε από πίσω με τον Νικόλα.

Οι χωριανοί περνούσαν και κοιτούσαν απορημένοι. Κάποιοι δοκίμασαν τους «περίεργους» κουραμπιέδες και σήκωσαν τα φρύδια. Άλλοι χαμογέλασαν, για να κρύψουν την απογοήτευσή τους, άλλοι ήταν διστακτικοί να δοκιμάσουν κι άλλοι απομακρύνονταν με ένα χαμόγελο ειρωνείας, όλοι ψελλίζοντας Χριστουγεννιάτικες ευχές μέσα από τα δόντια τους αντί να πουν αυτό που σκέφτονταν.

Ένα μικρό κορίτσι δοκίμασε και είπε:

«Αυτοί δεν λερώνουν! Μπορείς να φας όσους θες και κανείς δεν θα το μάθει!»

Η Αντιγόνη κοίταξε τον Νικόλα και στα μάτια του είδε τη χαρά της δημιουργίας.

Ο κυρ-Θανάσης, ο Δήμαρχος, πήρε έναν κουρμαπιέ και είπε:

«Αυτοί... Δεν είναι σαν τους αυτούς που μας είχες συνηθίσει.»

«Το ξέρω κυρ-Θανάση»,
απάντησε η Αντιγόνη.

«Είπαμε να δοκιμάσουμε κάτι νέο φέτος.»

Η φήμη εξαπλώθηκε γρήγορα. Δεν πέρασαν παρά λίγα λεπτά μέχρι να ακουστούν οι ψίθυροι ότι χάλασε η συνταγή. Ότι δεν είχε πια η Αντιγόνη τους καλύτερους κουραμπιέδες του χωριού. Άλλοι το έλεγαν με απογοήτευση, κι άλλοι το έλεγαν χαιρέκακα. Η Αντιγόνη ένιωσε, όμως, έναν κόμπο να λύνεται μέσα της. Ο φόβος για το τι θα πει το χωριό είχε υποχωρήσει και δεν την ενδιέφερε πια. Ήταν ελεύθερη. Είχε ξεφύγει από τον Τελευταίο Πειρασμό.

Ο Νικόλας, βλέποντας τη μητέρα του τόσο χαρούμενη, ελεύθερη και δυνατή, γύρισε και της είπε:

«Μαμά, ξέρεις τι έμαθα σήμερα;
Ότι δεν πρέπει να φοβάσαι να
δοκιμάζεις. Αλλά και ότι για να πετύχεις
κάτι νέο, πρέπει πρώτα να ξέρεις καλά
το παλιό.»

«Κι εγώ έμαθα ότι η ασφάλεια της
παράδοσης δεν είναι για να φυλακίζει,
αλλά για να σου δίνει σιγουριά να πετάς»,
του απάντησε η μητέρα του.

«Του χρόνου ίσως δοκιμάσουμε
μια νέα συνταγή.»

Κι οι δυο τους ήξεραν ότι από εδώ και πέρα, κάθε Χριστούγεννα, στο σπίτι τους θα υπήρχαν και κουραμπιέδες με άχνη και κουραμπιέδες με μέλι. Όχι γιατί η νέα συνταγή ήταν πιο νόστιμη από την παλιά, αλλά γιατί οι **μελο-κουραμπιέδες** τους θύμιζαν ότι μπορούν να δοκιμάζουν χωρίς να φοβούνται να αποτύχουν, να ξαναπροσπαθούν χωρίς να σκέφτονται τι θα σκεφτούν οι άλλοι, να ανοίγουν τον δικό τους δρόμο χωρίς να τους εμποδίζει ο Τελευταίος Πειρασμός. Άσε που ο Νικόλας μπορούσε να τρώει όσους μελο-κουραμπιέδες θέλει χωρίς να λερώνεται με τη ζάχαρη άχνη!

Παράδοση και δημιουργικότητα δεν είναι πάντοτε εχθροί. Γνώση και φαντασία μπορούν να συνυπάρχουν, αρκεί να βρίσκονται σε ισορροπία.

Ανάμεσα στην ασφάλεια και την ελευθερία, δεν υπάρχει πάντα μάχη. Μερικές φορές, υπάρχει απλώς μια γέφυρα που τις ενώνει.



Ψάξε στο κείμενο και βρες τις απαντήσεις στα ερωτήματα. Το καθένα μπορεί να έχει μία ή περισσότερες σωστές απαντήσεις!

1

Πού διαδραματίζεται η ιστορία;

- ☐ Α Στη Νέα Καρβάλη
- ☐ Β Στον Βώλακα
- ☐ Γ Στην Ξάνθη
- ☐ Δ Στη Μαρώνεια

2

Ποιο είναι το βασικό ζήτημα που απασχολεί τη Μαρία;

- ☐ Α Μελομακάρονα
- ☐ Β Κουραμπιέδες
- ☐ Γ Δίπλες
- ☐ Δ Σαραγλί

3

Ποια είναι η καινοτομία που θέλει να κάνει ο γιος;

- ☐ Α Να βάλει σοκολάτα στους κουραμπιέδες
- ☐ Β Να τους ψήσει στον ξυλόφουρνο
- ☐ Γ Να βάλει μέλι αντί για ζάχαρη άχνη
- ☐ Δ Να βάλει φιστίκια Αιγίνης

4

Τι σηματοδοτεί για τον γιο η αλλαγή στη συνταγή;

- ☐ Α Κατακρίνει την παράδοση
- ☐ Β Έκφραση δημιουργικότητας
- ☐ Γ Φόβο αποτυχίας
- ☐ Δ Μείωση της ποιότητας

5

Ποιες έννοιες εξερευνά η ιστορία;

- ☐ Α Ασφάλεια
- ☐ Β Ελευθερία
- ☐ Γ Ζήλια
- ☐ Δ Φόβος αποτυχίας

6

Ποιο συναίσθημα συνδέεται πιο πολύ με την ασφάλεια;

- A Περιέργεια
- B Σταθερότητα
- Γ Ρίσκο
- Δ Αμφιβολία

7

Ποια στάση συνδέεται πιο πολύ με την ελευθερία;

- A Η δοκιμή νέων πραγμάτων
- B Η προσπάθεια για αποφυγή αλλαγών
- Γ Ο φόβος της κριτικής και του λάθους
- Δ Οι επαναλαμβανόμενες συνήθειες

8

Τι φοβάται η μητέρα;

- A Ότι δεν θα πετύχει η συνταγή
- B Ότι θα χάσει την αναγνώριση που είχε στο χωριό
- Γ Ότι θα στεναχωρηθεί ο Νικόλας
- Δ Ότι δεν θα φτάσουν τα υλικά

9

Ποια ήταν η αφορμή για την ιδέα του γιου;

- A Μια εκδρομή στο βουνό
- B Μια συζήτηση στο σχολείο για ένα βιβλίο
- Γ Μια εκπομπή μαγειρικής
- Δ Ένα καινούριο βιβλίο συνταγών

10

Ποιο προϊόν χρησιμοποιείται παραδοσιακά στους κουραμπιέδες;

- A Μέλι
- B Ζάχαρη άχνη
- Γ Σιρόπι
- Δ Σοκολάτα

11

Ποιο είναι το κεντρικό δίλημμα της ιστορίας;

- A Αν θα βάλουν ανθόνερο ή όχι με το ανθόμελο
- B Αν θα χρησιμοποιήσουν την παραδοσιακή ή την καινοτόμα εκδοχή
- Γ Αν θα θυσιάσει η μητέρα την εικόνα που έχει στο χωριό για να κάνει το χατίρι του Νικόλα
- Δ Αν θα κάνουν κουραμπιέδες ή μελομακάρονα

12

Ποιοι παράγοντες μπορεί να μπλοκάρουν τη δημιουργικότητα;

- A Ο φόβος της αποτυχίας
- B Η κοινωνική πίεση
- Γ Η έλλειψη γνώσεων
- Δ Η ασφάλεια που προσφέρει μία δοκιμασμένη μέθοδος

13

Τι συναισθήματα νιώθει ο γιος όταν η μητέρα αποδέχεται την ιδέα του;

- A Θλίψη
- B Ενθουσιασμό και φόβο
- Γ Απογοήτευση και θυμό
- Δ Αδιαφορία

14

Τι δείχνει η ανταπόκριση του χωριού στους μελο-κουραμπιέδες;

- A Ότι όλοι προτιμούν την παράδοση
- B Ότι το καινούριο δεν είναι πάντοτε εύκολο να το δεχθείς
- Γ Ότι τα παιδιά δεν πρέπει να ανακατεύονται στη μαγειρική
- Δ Ότι η παράδοση πρέπει να αλλάζει πάντα

15

Πως νιώθει τελικά η μητέρα;

- A Φοβάται ότι δεν θα μπορεί να κυκλοφορήσει στο χωριό
- B Νιώθει απελευθερωμένη που σταμάτησε να τη νοιάζει τι σκέφτονται οι άλλοι
- Γ Νιώθει περήφανη για τον γιο της που δοκιμάζει νέα πράγματα
- Δ Νιώθει ικανοποίηση για τον εαυτό της που ξεπέρασε τον φόβο της για να βοηθήσει τον Νικόλα

16

Ποιο είναι το τελικό μήνυμα της ιστορίας;

- A Ότι μόνο η ασφάλεια της δοκιμασμένης μεθόδου έχει αξία
- B Ότι μόνο η ελευθερία της δημιουργίας έχει αξία
- Γ Ότι η εξέλιξη έρχεται από την ελευθερία να αφήσεις την ασφάλεια και να δοκιμάσεις κάτι νέο
- Δ Ότι για να εξελιχθείς χρειάζεται να μη φοβάσαι να αποτύχεις

17

Τι είναι για εσένα «ασφάλεια» και τι «ελευθερία» στις καθημερινές επιλογές σου;
Δώσε ένα παράδειγμα από την καθημερινότητά σου!

Απάντηση

18

Ποιος πιστεύεις ότι ήταν ο μεγαλύτερος φόβος της μητέρας;
Ο φόβος να νιώσει ότι απέτυχε ή του τι θα πουν οι άλλοι;
Γιατί;

Απάντηση

19

Στην ιστορία, η Αντιγόνη τελικά δέχτηκε να φτιάξουν
τους κουραμπιέδες με μέλι.
Τι νομίζεις ότι την έκανε να αλλάξει γνώμη;

Απάντηση

20

Πώς πιστεύεις ότι ένιωσε ο Νικόλας όταν οι κουραμπιέδες
του δεν είχαν την αποδοχή που περίμενε;
Τι μπορεί να έμαθε από αυτό;

Απάντηση

Δραστηριότητα

Η Αντιγόνη φτιάχνει πολλά χρόνια κουραμπιέδες και ξέρει αρκετά καλά ότι πιθανότατα η ιδέα του Νικόλα δεν θα λειτουργήσει και οι κουραμπιέδες δεν θα βγουν καλοί... Παρ' όλα αυτά τον αφήνει να τους κάνει.

Για πόσους και ποιους λόγους μπορείς να σκεφτείς ότι μπορεί να αποφάσισε να το κάνει αυτό; Μπορείς να σκεφτείς κάτι που σε άφησαν να κάνεις οι γονείς σου, παρ' όλο που μπορεί να ήξεραν ότι δεν γίνεται; Τι κέρδισες από αυτό;

ΜΕΡΟΣ

Συνταγές με... γρίφους!

2

διδασκτικές
ώρες

Και το Μέρος 2 είναι αυτονομία στη μάθηση και έρχεται να συμπληρώσει το Μέρος 1. Σε αυτό, αντί για Γλωσσικούς στόχους, οι περισσότεροι στόχοι και γνώσεις που απαιτούνται είναι στα Μαθηματικά και την Πληροφορική.

Στα παιδιά δίνονται, ατομικά ή σε ομάδες, τοπικές συνταγές που περιλαμβάνουν τις ομάδες τοπικών προϊόντων. Δεν είναι απαραίτητο τα παιδιά ή οι ομάδες να πάρουν την αντίστοιχη συνταγή που αναφερόταν στο κείμενο που πραγματευόντουσαν στο πρώτο μέρος, επομένως δεν είναι απαραίτητο και οι ομάδες να παραμείνουν ίδιες. Σε αυτό το Μέρος, οι δεξιότητες και οι γνώσεις που απαιτούνται είναι διαφορετικές και μπορεί να διαφοροποιηθεί και ο διαχωρισμός των ομάδων.

Και οι συνταγές που δίνονται στο Μέρος 2 είναι κι αυτές με διαβάθμιση δυσκολίας. Τα παιδιά θα χρειαστεί να διορθώσουν και να συμπληρώσουν τις συνταγές κάνοντας **Μαθηματικά**, ακολουθία οδηγιών στη **Γλώσσα** αλλά και εισαγωγή στην αλγοριθμική λογική στην **Πληροφορική**. Η τρίτη συνταγή ζητά από τα παιδιά να υπολογίσουν το ελάχιστο χρόνο που θα χρειαστεί για να υλοποιηθεί κάτι που απαιτεί καλή κατανόηση των διεργασιών και παράλληλων διαδικασιών που μπορούν να γίνουν για τη βελτιστοποίησή της. Αυτή είναι μία πιο δύσκολη εκδοχή, καθώς πέρα από την κατανόηση της ψευδογλώσσας, απαιτείται και η βελτιστοποίηση του αλγορίθμου.

Στόχοι

- Να εφαρμόσουν βασικές δεξιότητες μαθηματικών στην πράξη
- Να κάνουν ακολουθία οδηγιών σε μία συνταγή και να τις παραμετροποιήσουν
- Να κάνουν εισαγωγή στους αλγορίθμους

Δραστηριότητες

- Επίλυση γρίφων για ποσότητες
- Δραστηριότητα πληροφορικής: ταξινόμηση βημάτων της συνταγής
- Επέκταση: υλοποίηση συνταγής στην τάξη ή ως εργασία στο σπίτι



Κατέβασε
το υλικό του
2ου μέρους εδώ



Για μεγαλύτερες τάξεις

Παιδιά μεγαλύτερων τάξεων δεν θα έχουν θέμα να διαχειριστούν ακόμα και αυτόνομα το Φύλλο Εργασιών.

Εναλλακτικά μπορεί να δοθεί σε ομάδες που θα μπορέσουν συνεργατικά να το απαντήσουν χρησιμοποιώντας γνώσεις κλασμάτων, αναλογιών, ποσοστά και βασικές γνώσεις ισοτήτων και αριθμητικών παραστάσεων.



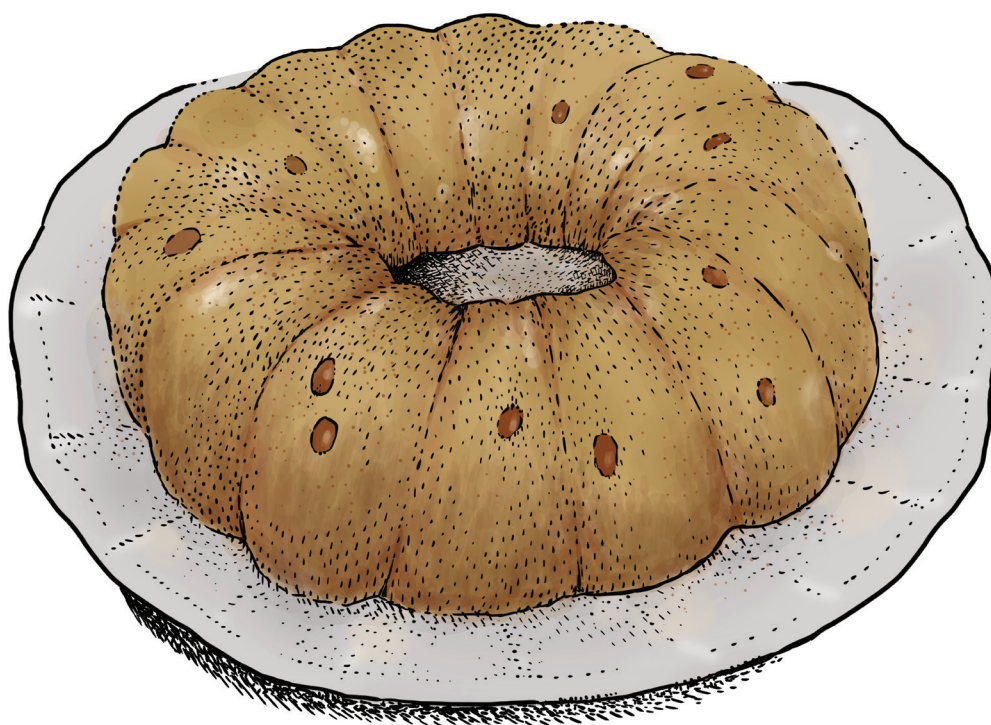
Για μικρότερες τάξεις

Τα μικρότερα παιδιά, που μπορεί να μην έχουν την ευχέρεια στη χρήση κλασμάτων ή αναλογιών μπορούν να κάνουν παντομίμα και αναπαράσταση των βημάτων που δίνονται στη συνταγή όσο οι συμμαθητές τους μετρούν τον χρόνο που τους παίρνει κάθε βήμα, με στόχο την εκτίμηση του χρόνου που απαιτεί να υλοποιηθεί η κάθε συνταγή.

Το Μέρος 2 θα μπορούσε να παραλειφθεί αν δεν κατακτώνται στόχοι Μαθηματικών ή Πληροφορικής από τα παιδιά και δεν υπάρχει χρόνος. Παρ' όλα αυτά, προτείνεται να γίνει, ακόμα και ως παντομίμα, ώστε τα παιδιά να έρθουν σε επαφή με την έννοια της συνταγής και των υλικών που θα μπορούσαν να βάλουν σε ένα φαγητό, καθώς στο επόμενο μέρος θα φτιάξουν τη δική τους συνταγή. Είναι ωφέλιμο λοιπόν να εξοικειωθούν με τη διαδικασία και να πάρουν ιδέες.

Χαλβάς Θρακιώτικος

Συνταγή - 12 μερίδες



Υλικά

1. Σιμιγδάλι χοντρό
2. Βούτυρο αγελάδας
3. Ζάχαρη
4. Νερό
5. Καρύδια
6. Σταφίδες μαύρες
7. Κανέλα
8. Φλούδα λεμονιού

Ποσότητες των υλικών

1. Το σιμιγδάλι, το βούτυρο και η ζάχαρη ζυγίζουν όσο το νερό.
2. Το βούτυρο έχει 5 φορές λιγότερο βάρος από το σιμιγδάλι και τη ζάχαρη μαζί, ενώ το σιμιγδάλι ζυγίζει όσο η ζάχαρη.
3. Μόνο 70 γρ. από το νερό εξατμίζονται όσο μαγειρεύεται ο χαλβάς.
4. Καρύδια και σταφίδες ζυγίζουν 250 γρ. με τα καρύδια να είναι 50 γρ. πιο βαριά από τις σταφίδες.
5. Κάθε μερίδα χαλβά είναι 215 γρ.
6. Υπόθεσε ότι η κανέλα και η φλούδα λεμονιού δεν έχουν βάρος.

Υπολόγισε το βάρος κάθε υλικού,
για να συμπληρώσεις το Δελτίο Παραγγελίας!

Δελτίο Παραγγελίας

Σιμιγδάλι χοντρό	γρ.	Νερό	γρ.
Βούτυρο αγελάδας	γρ.	Καρύδια	γρ.
Ζάχαρη	γρ.	Σταφίδες μαύρες	γρ.

Σκεύη που Απαιτούνται

Οδηγίες για την παρασκευή του Θρακιώτικου Χαλβά

Αφού γίνει ομοιογενές το μείγμα, πρόσθεσε το καυτό σιρόπι στο καβουρδισμένο σιμιγδάλι και ανακάτεψε συνεχώς.
Όταν το σιμιγδάλι γίνει χρυσαφί και αρχίσει να μυρίζει, κατέβασέ το από τη φωτιά.
Πάρε μία κατσαρόλα και γέμισέ τη με το νερό.
Μοίρασέ το σε 12 μπολάκια και σκέπασέ τα με μία πετσέτα για δέκα λεπτά.
Αφού λιώσει το βούτυρο, πρόσθεσε το σιμιγδάλι και χαμήλωσε τη φωτιά.
Βάλε τη στο μάτι της κουζίνας και άναψε τη φωτιά.
Ρίξε τα χοντροκομμένα καρύδια και τις σταφίδες στο σιμιγδάλι και ανακάτεψε.
Πασπάλισε με κανέλα και είναι έτοιμα!
Πάρε ένα βαθύ τηγάνι και βάλε το στη φωτιά.
Μετά κατέβασε το από τη φωτιά και βγάλε τη φλούδα λεμονιού.
Πρόσθεσε τη ζάχαρη και τη φλούδα λεμονιού στο νερό και περίμενε να βράσει.
Πάρε ένα μεγάλο μαχαίρι και κόψε τα καρύδια σε μεγάλα κομμάτια.
Όταν το σιμιγδάλι απορροφήσει το σιρόπι και γίνει πιο πηκτό σταμάτα το ανακάτεμα.
Άφησε να βράζει μέχρι να γίνει η ζάχαρη σιρόπι.
Αφού ζεσταθεί το τηγάνι, βάλε το βούτυρο και άσε το να λιώσει.

Βάλε τις οδηγίες στη σωστή θέση, βάζοντας το νούμερο που δείχνει με ποια σειρά πρέπει να γίνουν, ώστε να βγάζει νόημα η συνταγή.

Φυσικά, δεν υπάρχει μόνος ένας τρόπος να μπουν οι οδηγίες. Βρες έναν τρόπο που να λειτουργεί, αλλά προσπάθησε να είναι και ο συντομότερος τρόπος που μπορεί να μαγειρευτεί ο θρακιώτικος χαλβάς.

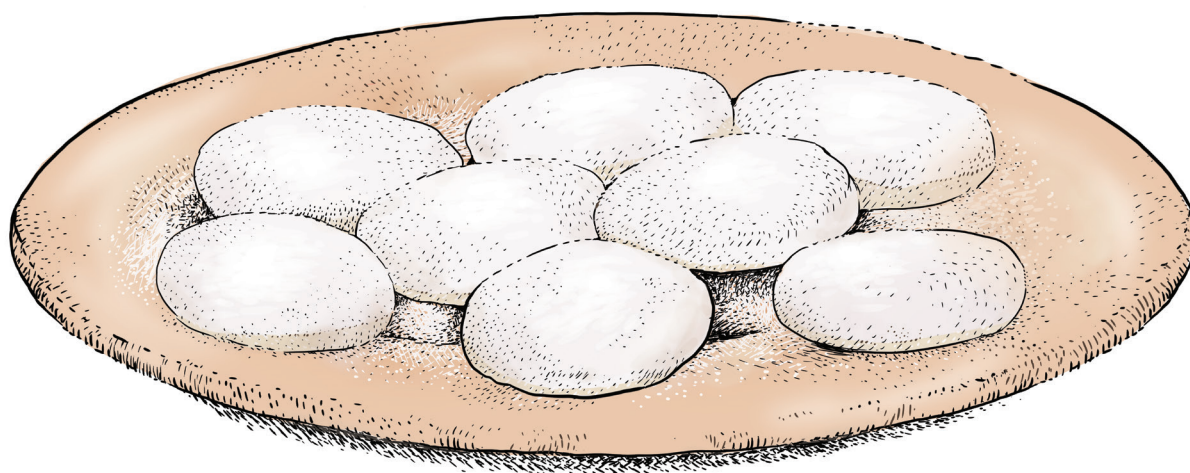
Αποδεκτή λύση για τη σειρά των οδηγιών

1. Πάρε μία κατασάρδα και γέμισέ τη με το νερό.
2. Βάλε τη στο μάτι της κουζίνας και άναψε τη φωτιά.
3. Πρόσθεσε τη ζάχαρη και τη φλούδα λεμονιού στο νερό και περιμένε να βράσει.
4. Άφησε να βράζει μέχρι να γίνει η ζάχαρη σιρόπι.
5. Μετά κατέβασε το από τη φωτιά και βγάλε τη φλούδα λεμονιού.
6. Πάρε ένα βαθύ τηγάνι και βάλε το στη φωτιά.
7. Αφού ζεσταθεί το τηγάνι, βάλε το βούτυρο και άσε το να λιώσει.
8. Αφού λιώσει το βούτυρο, πρόσθεσε το σιμιγδάλι και χαμήλωσε τη φωτιά.
9. Όταν το σιμιγδάλι γίνει χυσοαφί και αρχίζει να μυρρίζει, κατέβασε το από τη φωτιά.
10. Πάρε ένα μεγάλο μαχαίρι και κόψε τα καρύδια σε μεγάλα κομμάτια.
11. Ρίξε τα χοντροκομμένα καρύδια και τις σταφίδες στο σιμιγδάλι και ανακάτεψε.
12. Αφού γίνει ομοιογενές το μείγμα, πρόσθεσε το καυτό σιρόπι στο καβουρδισμένο σιμιγδάλι και ανακάτεψε συνεχώς.
13. Όταν το σιμιγδάλι απορροφήσει το σιρόπι και γίνει πιο πηκτό, σταμάτα το ανακάτεμα.
14. Μοίρασε το σε 12 μικράκια και σκέπασέ τα με μία πετσέτα για δέκα λεπτά.
15. Παστάλισε με κανέλα και είναι έτοιμοι!



Κουραμπιέδες Καρβάλης

Συνταγή - 40 τεμάχια



Υλικά

1. Φρέσκο βούτυρο
2. Ζάχαρη άχνη
(μέσα στη ζύμη)
3. Βανίλια
4. Αμύγδαλα
καβουρδισμένα
5. Αλεύρι
6. Κονιάκ
7. Ανθόνερο
8. Ζάχαρη άχνη
(για επικάλυψη)

Βάρος υλικών

1. Κατά το μαγείρεμα, τα υλικά χάνουν 100 γρ. από το βάρος τους λόγω εξάτμισης των υγρών.
2. Το βάρος από το αλεύρι, τη ζάχαρη άχνη που βάζεις μέσα στη ζύμη και το ανθόνερο είναι το μισό από το βάρος των υλικών.
3. Η ζάχαρη άχνη που βάζεις στη ζύμη έχει διπλάσιο βάρος από το ανθόνερο και το αλεύρι είναι 9 φορές πιο βαρύ από τη ζάχαρη άχνη που του προσθέτεις για να γίνει η ζύμη.
4. Η ζάχαρη άχνη που βάζεις πάνω από τους κουραμπιέδες είναι 3 φορές περισσότερη από αυτή που βάζεις μέσα στη ζύμη.
5. Το ανθόνερο έχει ίδιο βάρος με το κονιάκ.
6. Το βούτυρο είναι 2,5 φορές πιο βαρύ από τα αμύγδαλα.
7. Κάθε κουραμπιές έχει βάρος 50 γρ. όταν ετοιμαστεί.
8. Η βανίλια έχει αμελητέο βάρος. Μπορείς να το θεωρήσεις μηδέν.

Υπολόγισε το βάρος κάθε υλικού,
για να συμπληρώσεις το Δελτίο Παραγγελίας!

Δελτίο Παραγγελίας

Φρέσκο βούτυρο	γρ.	Αλεύρι	γρ.
Ζάχαρη άχνη	γρ.	Κονιάκ	γρ.
Αμύγδαλα	γρ.	Ανθόνερο	γρ.

Σκεύη που Απαιτούνται

Οδηγίες για την παρασκευή Κουραμπιέδων

	Όταν έχεις βάλει όλο το αλεύρι, συνέχισε να ζυμώνεις μέχρι να γίνει μαλακή ζύμη.
	Πάρε ένα μεγάλο μπολ και βάλε μέσα το βούτυρο, τη ζάχαρη άχνη που είναι για τη ζύμη και τη βανίλια.
	Αφού τους πλάσεις όλους βάλε τους στον προθερμασμένο φούρνο.
	Έτοιμοι οι κουραμπιέδες!
	Αφού αφρατέψει, πρόσθεσε το κονιάκ και συνέχισε το χτύπημα με το μίξερ.
	Άναψε τον φούρνο στους 180°C και περίμενε να ζεσταθεί.
	Με το μίξερ, χτύπα το μείγμα μέχρι να φαίνεται αφράτο.
	Άσε τους κουραμπιέδες να ψήνονται για 25 λεπτά μέχρι να πάρουν ελαφρύ χρώμα.
	Αφού ανακατευτεί και το κονιάκ, ρίξε και τα αμύγδαλα.
	Η ζάχαρη άχνη θα κολλήσει στο ανθόνερο και θα λιώσει από τη θερμότητα.
	Αφού κρυώσουν, ράντισέ τους με ανθόνερο και πασπάλισέ τους με ζάχαρη άχνη.
	Πάρε ζύμη και πλάσε κουραμπιέδες σε ό,τι σχήμα θες!
	Βάλε τους κουραμπιέδες πάνω στο αντικολλητικό χαρτί στο ταψί.
	Στο μείγμα με τα αμύγδαλα πρόσθεσε λίγο-λίγο το αλεύρι ενώ το ζυμώνεις απαλά με το χέρι.
	Βγάλε τους κουραμπιέδες από τον φούρνο κι άσε τους να κρυώσουν λίγο.
	Πάρε ένα ταψί και στρώσε πάνω του αντικολλητικό χαρτί.

Βάλε τις οδηγίες στη σωστή θέση, βάζοντας το νούμερο που δείχνει με ποια σειρά πρέπει να γίνουν, ώστε να βγάζει νόημα η συνταγή.

Δεν υπάρχει μόνος ένας τρόπος να μπουκ οι οδηγίες. Βρες έναν τρόπο που να λειτουργεί, αλλά προσπάθησε να είναι και ο συντομότερος τρόπος που γίνονται οι κουραμπιέδες!

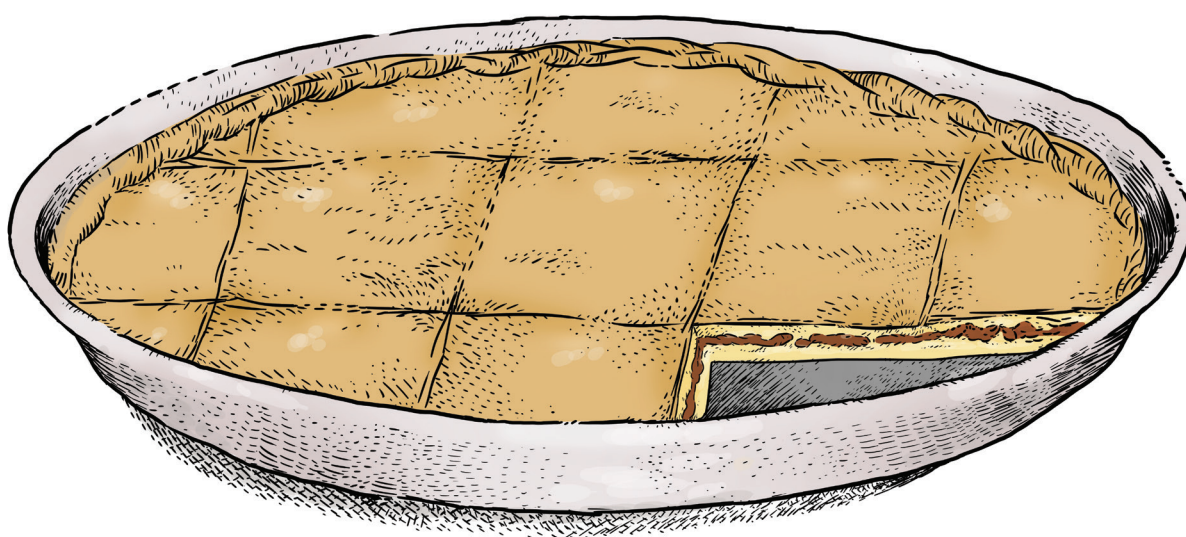
Αποδεκτή λύση για τη σειρά των οδηγιών

1. Άναψε τον φούρνο στους 180°C και περίμενε να ζεσταθεί.
2. Πάρε ένα μεγάλο μπολ και βάλε μέσα το βούτυρο, τη ζάχαρη άχνη που είναι για τη ζύμη και τη βανίλια.
3. Με το μίξερ, χτύπα το μείγμα μέχρι να φαίνεται αφράτο.
4. Αφού αφρατέψει, πρόσθεσε το κονιάκ και συνέχισε το χτύπημα με το μίξερ.
5. Αφού ανακατευτεί και το κονιάκ, ρίξε και τα αμύδαλα.
6. Στο μείγμα με τα αμύδαλα πρόσθεσε λίγο-λίγο το αλεύρι ενώ το ζυμώνεις απαλά με το χέρι.
7. Όταν έχεις βάλει όλο το αλεύρι, συνέχισε να ζυμώνεις μέχρι να γίνει μαλακή ζύμη.
8. Πάρε ένα ταψί και στρώσε πάνω του αντικολλητικό χαρτί.
9. Πάρε ζύμη και πλάσε κουραμπιέδες σε ό,τι σχήμα θες!
10. Βάλε τους κουραμπιέδες πάνω στο αντικολλητικό χαρτί στο ταψί.
11. Αφού τους πλάσεις όλους βάλε τους στον προθερμασμένο φούρνο.
12. Άσε τους κουραμπιέδες να ψήνονται για 25 λεπτά μέχρι να πάρουν ελαφρύ χρώμα.
13. Βγάλε τους κουραμπιέδες από τον φούρνο κι άσε τους να κρυώσουν λίγο.
14. Αφού κρυώσουν, πάντισέ τους με ανθόνερο και πασπαλίσε τους με ζάχαρη άχνη.
15. Η ζάχαρη άχνη θα κολλήσει στο ανθόνερο και θα λιώσει από τη θερμοκρασία.
16. Έτοιμοι οι κουραμπιέδες!



Πίτα με Καβουρμά και Λουκάνικο

Συνταγή - 2.050 γρ.



Υλικά

1. Πιπεριές
2. Φύλλο χωριάτικο
3. Καβουρμάς
4. Λουκάνικο καπνιστό
5. Κρεμμύδι
6. Φέτα
7. Ελαιόλαδο
8. Αλάτι & Πιπέρι
9. Αυγό

Βάρος υλικών

1. Κατά το ψήσιμο η πίτα χάνει 300 γρ. βάρους
2. Ο καβουρμάς και το λουκάνικο έχουν το ίδιο βάρος.
3. Οι πιπεριές και το κρεμμύδι έχουν το ίδιο βάρος.
4. Ο καβουρμάς είναι 50% πιο βαρύς από τις πιπεριές.
5. Καβουρμάς, λουκάνικο, κρεμμύδι και πιπεριές ζυγίζουν 1 κιλό.
6. Το χωριάτικο φύλλο ζυγίζει 1.000 γρ. και είναι σε 8 φύλλα.
7. Το αυγό ζυγίζει 50 γρ.
8. Η φέτα έχει διπλάσιο βάρος από το ελαιόλαδο.
9. Αλάτι, πιπέρι, ρίγανη και θυμάρι έχουν βάρος ίσο με μηδέν.

Υπολόγισε το βάρος κάθε υλικού,
για να συμπληρώσεις το Δελτίο Παραγγελίας!

Δελτίο Παραγγελίας

Πιπεριές	γρ.	Λουκάνικο	γρ.	Φέτα	γρ.
Φύλλο χωριάτικο	γρ.	Κρεμμύδι	γρ.	Αυγό	γρ.
Καβουρμάς	γρ.	Ελαιόλαδο	γρ.	Αλάτι & Πιπέρι	γρ.

Σκεύη που Απαιτούνται

Οδηγίες για παρασκευή Πίτας με Καβουρμά και Λουκάνικο

1	Άναψε τον φούρνο στους 180°C και περίμενε να πιάσει θερμοκρασία.
2	Σκέπασε τη γέμιση με ένα φύλλο και πέρνα το με λάδι.
3	Θρυμμάτισε τη φέτα πάνω από τη γέμιση που έχει κρυώσει.
4	Επανάλαβε άλλες 3 φορές ώστε να έχεις 4 φύλλα στην κορυφή της πίτας σου.
5	Μόλις ζεσταθεί το λάδι, βάλε το κρεμμύδι και τις πιπεριές και ανακάτεψε μέχρι να μαλακώσουν.
6	Πάρε ένα μαχαίρι και κόψε τον καβουρμά και το λουκάνικο σε μικρά κομμάτια.
7	Ψιλόκοψε το κρεμμύδι και τις πιπεριές.
8	Στο κρεμμύδι, πρόσθεσε τον καβουρμά και το λουκάνικο και συνέχισε να ανακατεύεις για άλλα 4 λεπτά μέχρι να βγάλουν τα αρώματά τους.
9	Αφού ο φούρνος πιάσει θερμοκρασία, βάλε την πίτα για 45 λεπτά μέχρι να ροδίσει.
10	Καθάρισε το κρεμμύδι και πλύνε τις πιπεριές.
11	Με ένα αυγό άλειψε το πάνω μέρος της πίτας, ώστε να μπει στις χαρακιές.
12	Επανάλαβε άλλες 3 φορές ώστε να έχεις 4 φύλλα στη βάση του ταψιού σου.
13	Βγάλε το τηγάνι από τη φωτιά κι άσε τη γέμιση να κρυώσει λίγο.
14	Πάρε ένα ταψί και πέρνα το με λάδι.
15	Άπλωσε πάνω στο ταψί ένα χωριάτικο φύλλο και άλειψε το με λάδι.
16	Άπλωσε τη γέμιση πάνω από τα φύλλα στη βάση του ταψιού με ένα κουτάλι.
17	Πάρε ένα μεγάλο τηγάνι, ακούμπησέ το στη φωτιά και βάλε το μισό ελαιόλαδο.
18	Με ένα μαχαίρι, χάραξε ελαφρά την πίτα.

Βάλε τις οδηγίες στη σωστή θέση, βάζοντας το νούμερο που δείχνει με ποια σειρά πρέπει να γίνουν, ώστε να βγάζει νόημα η συνταγή.

Δεν υπάρχει μόνος ένας τρόπος να μπουν οι οδηγίες. Βρες έναν τρόπο που να λειτουργεί, αλλά προσπάθησε να είναι και ο συντομότερος τρόπος που θα γίνει η πίτα!

Αποδεκτή λύση για τη σειρά των οδηγιών

1. Πάρε ένα μαχαίρι και κόψε τον καβουρμά και το λουκάνικο σε μικρά κομμάτια.
2. Καθάρισε το κρεμμύδι και πλύνε τις πιπεριές.
3. Ψιλόκοψε το κρεμμύδι και τις πιπεριές.
4. Πάρε ένα μεγάλο τηγάνι, ακούμπησέ το στη φωτιά και βάλε το μισό ελαιόλαδο.
5. Μόλις ζεσταθεί το λάδι, βάλε το κρεμμύδι και τις πιπεριές και ανακάτεψε μέχρι να μαλακώσουν.
6. Στο κρεμμύδι, πρόσθεσε τον καβουρμά και το λουκάνικο και συνέχισε να ανακατεύεις για άλλα 4 λεπτά μέχρι να βγάλουν τα αρώματά τους.
7. Βγάλε το τηγάνι από τη φωτιά κι άσε τη γέμιση να κρυώσει λίγο.
8. Θρυμμάτισε τη φέτα πάνω από τη γέμιση που έχει κρυώσει.
9. Άναψε τον φούρνο στους 180°C και περίμενε να πιάσει θερμοκρασία.
10. Πάρε ένα ταψί και πέρνα το με λάδι.
11. Άπλωσε πάνω στο ταψί ένα χωριότικο φύλλο και άλειψε το με λάδι.
12. Επανάλαβε άλλες 3 φορές, ώστε να έχεις 4 φύλλα στη βάση του ταψιού σου.
13. Άπλωσε τη γέμιση πάνω από τα φύλλα στη βάση του ταψιού με ένα κουτάλι.
14. Σκέπασε τη γέμιση με ένα φύλλο και πέρνα το με λάδι.
15. Επανάλαβε άλλες 3 φορές, ώστε να έχεις 4 φύλλα στην κορυφή της πίτσας σου.
16. Με ένα μαχαίρι, χάρταξε ελαφρώς την πίττα.
17. Με ένα αυγό άλειψε το πάνω μέρος της πίτσας, ώστε να μπει στις χαρακίδες.
18. Αφού ο φούρνος έχει πιάσει θερμοκρασία, βάλε την πίττα για 45 λεπτά μέχρι να ποδώσει.



ΜΕΡΟΣ

Δημιουργώ τη δική μου συνταγή

3

διδασκτικές
ώρες

Στο Μέρος 3 τα παιδιά θα μπου σε ομάδες και θα δημιουργήσουν μία δική τους συνταγή, δοκιμάζοντας διαφορετικούς συνδυασμούς από υλικά. Πριν ξεκινήσουν, στα παιδιά γίνεται μία μικροδιδασκαλία για τη διατροφική αξία που έχουν τα διάφορα προϊόντα, πού χρησιμεύει η κάθε διατροφική ομάδα και πώς διαμορφώνεται ένα ισορροπημένο διατροφικό πρόγραμμα. Μέσα από αυτό μαθαίνουν για την έννοια του συστήματος και βλέπουν το σώμα του ως ένα σύστημα που χρειάζεται ισορροπημένη είσοδο για να έχει ευεξία και υγεία. Η δραστηριότητα καλύπτει στόχους **Μελέτης Περιβάλλοντος**, αφού καλύπτει τους στόχους που αφορούν τη διατροφή.

Στη συνέχεια, τα παιδιά δοκιμάζουν τα διαθέσιμα προϊόντα με στόχο να γνωρίσουν τις γεύσεις, να τις κατηγοριοποιήσουν σε γλυκιές, ξινές, πικρές και αλμυρές και να αναγνωρίσουν ενδεχόμενους πετυχημένους συνδυασμούς. Σε κάθε ομάδα δίνουμε λίγο χρόνο, ώστε να σκεφτεί τη συνταγή θα ήθελε να φτιάξει, και μετά παίρνει μέρος σε πλειστηριασμό για την αγορά των προϊόντων που πιστεύει ότι χρειάζεται για τη συνταγή της. Τα προϊόντα μπαίνουν σε πλειστηριασμό ανά διατροφική ομάδα και έτσι τα παιδιά εμπεδώνουν τόσο τις διατροφικές ομάδες, αλλά ξέρουν ότι τα προϊόντα της ίδιας ομάδας θα μπορούσαν να λειτουργήσουν ως υποκατάστατα μεταξύ τους. Τα παιδιά έχουν ορισμένο αριθμό πόντων με τον οποίο μπορούν να διεκδικήσουν προϊόντα, οπότε χρειάζεται να κάνουν και **Μαθηματικά** ώστε να πάρουν τις αποφάσεις τους.

Στο τέλος, θα χρειαστεί να παρουσιάσουν τη συνταγή τους με μία διαφήμιση που να αναδεικνύει τόσο τη διατροφική της αξία όσο και τη σύνδεσή της με την Ανατολική Μακεδονία-Θράκη και τις παραδόσεις, καλύπτοντας και στόχους παραγωγής λόγου στη **Γλώσσα**. Με αυτόν τον τρόπο θα αναγνωρίσουν χαρακτηριστικά που χρειάζεται να έχει η συνταγή τους και θα εισαχθούν στην έννοια της ταυτότητας και των σημαντικών χαρακτηριστικών.



Κατέβασε
το υλικό του
3ου μέρους εδώ

Στόχοι

- Να γνωρίσουν τις διατροφικές ομάδες και τις ιδιότητες των τροφών
- Να κατανοήσουν την έννοια της ισορροπημένης διατροφής
- Να ασκηθούν στη δημιουργική σκέψη και τον σχεδιασμό
- Να γνωρίσουν γευστικούς συνδυασμούς
- Να αναστοχαστούν στη σύνδεση της γεύσης με την ταυτότητα

Δραστηριότητες

- Αντιστοίχιση προϊόντων με διατροφικές ομάδες
- Γευσιγνωσία: δοκιμή υλικών και γευστικοί συνδυασμοί
- Σχεδιασμός συνταγής με το τοπικό προϊόν
- Ανάλυση: ποια είναι τα στοιχεία που κάνουν τη συνταγή «τοπική»; Τι στοιχεία από το αρχικό κείμενο χρησιμοποιήθηκαν;
- Δημιουργία διαφήμισης – θεατρική αναπαράσταση ή βίντεο παρουσίασης

Εισαγωγή στη διατροφή

Έφτασε η ώρα να φτιάξετε τη δική σας μοναδική συνταγή!

1 Είδαμε πώς να εκτελούμε σωστά μία συνταγή, είναι όμως μόνο αυτό η μαγειρική;

2 Τι άλλο χρειάζεται η μαγειρική εκτός από γνώσεις για τον τρόπο που μαγειρεύονται τα υλικά;

Πρέπει να βρεις και τον συνδυασμό των υλικών που θα δώσει το καλύτερο αποτέλεσμα!

Η ικανότητά σου να χρησιμοποιείς σωστά κάτι και η δημιουργικότητά σου πρέπει να είναι σε ισορροπία! Δεν φτάνει μόνο το ένα από τα δύο για να έχεις ένα όμορφο αποτέλεσμα!

Σήμερα θα δούμε με ποιον τρόπο να συνδυάζουμε διαφορετικά υλικά! Πριν φτάσουμε εκεί, όμως, έχουμε φέρει μία ειδική για να μας μιλήσει για το ανθρώπινο σώμα.

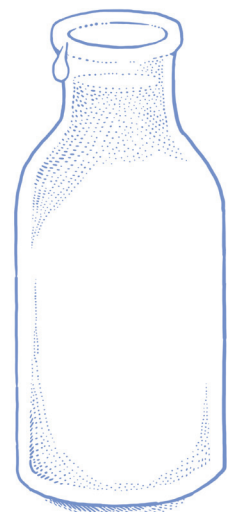
Το ανθρώπινο σώμα είναι και αυτό ένα σύστημα! Παίρνει τροφή ως είσοδο και, όταν χρειάζεται, παράγει ενέργεια, για να κάνει όλα όσα θέλει στην έξοδο.

3 Τι πιστεύεις ότι θα συμβεί αν δεν τρως αρκετό φαγητό;

Αν δεν τρως αρκετό φαγητό είναι λογικό να νιώθεις αδύναμος. Δεν θα έχεις ενέργεια, αφού το σώμα σου δεν έχει τροφή για να επεξεργαστεί και να τη δημιουργήσει.

Το σώμα μας επεξεργάζεται την τροφή και παράγει ενέργεια, αν τη χρειαζόμαστε. Αν δεν χρειαζόμαστε ενέργεια, τότε κάνει την τροφή λίπος και την αποθηκεύει στο σώμα μας. Έτσι, θα έχουμε ενέργεια όταν τη χρειαστούμε.

Βέβαια, το λίπος μας κάνει να παχαίνουμε. Γινόμαστε βαριοί, δυσκίνητοι και χρειάζεται μεγαλύτερη προσπάθεια και όρεξη για να κάνουμε ό,τι αποφασίσουμε.



4 Πιστεύεις ότι είναι καλύτερο να τρως πολύ λίγο φαγητό ή πάρα πολύ;

Και τα δύο είναι άσχημα για τον οργανισμό σου! Αν τρως λίγο φαΐ, δεν θα έχεις ενέργεια και όρεξη να κάνεις τίποτα. Αν τρως πολύ φαΐ, αυτό θα γίνει λίπος, θα παχύνεις και θα σου είναι πιο δύσκολο να μετακινείσαι. Θα είναι πιο δύσκολο να τρέχεις, να σκαρφαλώνεις και να παίζεις. Έτσι, πάλι θα χάσεις τη διάθεσή σου.

Η ποσότητα που πρέπει να τρως κάθε μέρα θέλει και αυτή ισορροπία! Δεν μπορεί να είναι πολύ μικρή, αλλά δεν μπορεί να είναι και πάρα πολύ μεγάλη.

5 Αν δεν τρως ούτε πολύ φαγητό ούτε λίγο, μπορείς να τρως ό,τι θες; Τι πιστεύεις;

Η σωστή διατροφή δεν αφορά μόνο την ποσότητα του φαγητού... Πρέπει να προσέχεις και τι τρως! Η κάθε ομάδα τροφών βοηθάει το σώμα μας με διαφορετικό τρόπο. Έχει διαφορετικό ρόλο στο σύστημα του ανθρώπινου οργανισμού.

6 Τα γαλακτοκομικά είναι αυτά που επισκευάζουν τα κόκκαλά μας και μας βοηθούν να αναπτυσσόμαστε και να μεγαλώνουμε.

Ποιες τροφές ανήκουν στο σύνολο των γαλακτοκομικών; Ξέρετε κάποιες να πείτε;

7 Το κρέας είναι αυτό που φροντίζει να επισκευάζει τις ζημιές που παθαίνουν οι μύες μας από την καθημερινή χρήση και να μας κρατάει δυνατούς.

Ποιες τροφές ανήκουν στο σύνολο των κρεάτων; Ξέρετε κάποιες να πείτε;

8 Το ήξερες ότι παρόμοιο ρόλο με το κρέας έχουν και τα όσπρια για τον ανθρώπινο οργανισμό;

Τα όσπρια παίζουν παρόμοιο ρόλο με το κρέας στη διατροφή μας!

9 Ποιες τροφές ανήκουν στο σύνολο των οσπρίων; Ξέρετε κάποιες να πείτε;

10 Τα φρούτα δίνουν ενέργεια, αλλά μας δίνουν και τις περισσότερες βιταμίνες και μας κρατούν υγιείς.

Ποιες τροφές ανήκουν στο σύνολο των φρούτων; Ξέρετε κάποιες να πείτε;

11 Τα λαχανικά έχουν κι αυτά βιταμίνες, αλλά είναι και από τις κυριότερες πηγές ενέργειας του οργανισμού!

Ποιες τροφές ανήκουν στο σύνολο των λαχανικών; Ξέρετε κάποιες να πείτε;



- 12** Τα δημητριακά και τα ζυμαρικά είναι οι κυριότερες πηγές ενέργειας του οργανισμού και δίνουν ενέργεια πολύ υψηλής αξίας!

Ποιες τροφές ανήκουν στο σύνολο των δημητριακών και ζυμαρικών; Ξέρετε κάποιες να πείτε;

- 13** Αφού τα δημητριακά και τα ζυμαρικά είναι διαφορετικές ομάδες τροφών, γιατί λες ότι τις βάλαμε στο ίδιο σύνολο;

Θα μπορούσαμε να μην τις βάλουμε μαζί... Έχουν όμως παρόμοια αξία για τη διατροφή μας, αφού παίζουν τον ίδιο ρόλο. Βολεύει να τις βάλουμε μαζί. Έτσι, ξέρουμε ότι μπορούμε να αντικαταστήσουμε τη μία με την άλλη και να φάμε ό,τι προτιμάμε από τις 2 ομάδες...

Μπορούμε να ονομάσουμε σιτηρά το υπερσύνολο που περιλαμβάνει τα ζυμαρικά και τα δημητριακά!

- 14** Τι θα γίνει αν φας μόνο μακαρόνια, που σου αρέσουν, για να πάρεις την ποσότητα του φαγητού που χρειάζεσαι;

Αν φας μόνο μακαρόνια, δεν θα πάρεις βιταμίνες, θα αρρωσταίνεις πιο εύκολα, θα νιώθεις αδύναμος και δεν θα διορθώνει το σώμα σου τις φθορές που έχει καθημερινά. Επίσης, θα έχεις πάρει περισσότερη ενέργεια από αυτή που χρειάζεσαι και, έτσι, θα γίνει λίπος...

Ένα σύστημα δεν θα δώσει στην έξοδο το αποτέλεσμα που θέλουμε αν δεν το έχουμε φτιάξει σωστά. Κάθε διατροφική ομάδα έχει διαφορετικό ρόλο και αξία για το σώμα μας. Δεν μπορούμε να αντικαταστήσουμε τις διατροφικές ομάδες που δεν προτιμάμε με άλλες και να έχουμε το ίδιο αποτέλεσμα στην έξοδο του συστήματος.

Αν γνωρίζουμε τον ρόλο που έχει το καθετί σε ένα σύστημα, μας είναι πολύ πιο εύκολο να το αλλάξουμε, ώστε να μας δίνει το καλύτερο αποτέλεσμα και να είναι αποδοτικό.

Ξέρουμε ποιες διατροφικές ομάδες δεν μπορούμε να αλλάξουμε μεταξύ τους, αλλά ξέρουμε και με ποιες τροφές θα μπορούσαμε να αντικαταστήσουμε αυτές που δεν προτιμούμε. Μπορεί να υπάρχουν άλλες τροφές που να μας αρέσουν περισσότερο και να πετυχαίνουν στον ίδιο ρόλο!

Έτσι, έχουμε τη μεγαλύτερη αξία στο σύστημά μας. Πέρα από την αξία που μας δίνει σε ενέργεια, υγεία, δύναμη και ανάπτυξη, έχει πια και αξία προτίμησης.

15 Σε όσα έχουμε συζητήσει μέχρι τώρα, δεν έχει μιλήσει κανένας για γλυκό... Δεν θα τρώμε γλυκά;

Φυσικά και μπορείτε να τρώτε γλυκά! Απλά, δεν είναι καλό να τρώτε κάθε μέρα... Τα γλυκά έχουν πολλή ζάχαρη. Μπορείτε να τρώτε 2 φορές την εβδομάδα...

16 Πιστεύεις ότι είναι πολλές ή λίγες οι 2 φορές να τρως γλυκό κάθε εβδομάδα;

17 Ποια ομάδα τροφών θα μπορούσες να αλλάξεις για να φας γλυκό στη θέση της;

Το γλυκό έχει πολλή ζάχαρη, όπως έχουν και τα φρούτα. Αν φας γλυκό σε ένα γεύμα, καλό είναι να μη φας το φρούτο από εκείνο το γεύμα. Το φρούτο έχει παρόμοια ζάχαρη με το γλυκό και δίνει ενέργεια, έχει όμως και βιταμίνες που δεν έχει το γλυκό.

18 Μπορείς να καταλάβεις γιατί δεν είναι καλό να αντικαθιστάς περισσότερες μερίδες φρούτου με γλυκό μέσα στην εβδομάδα; Τι θα γίνει αν το κάνεις;

Αν αλλάξεις μερίδες φρούτου με γλυκό, θα έχεις την ίδια ενέργεια που είχες και πριν αλλά δεν θα πάρεις τις ίδιες βιταμίνες. Αυτό σημαίνει ότι στην έξοδο του συστήματος δεν θα έχεις υγεία, αφού οι βιταμίνες είναι αυτές που μας προστατεύουν από τις αρρώστιες...

19 Αν φας τις μερίδες φρούτου και φας κι άλλες μερίδες γλυκού, τότε τι θα γίνει;

Τότε, θα έχεις πάρει περισσότερη ζάχαρη από αυτή που μπορείς να αλλάξεις σε ενέργεια. Θα την αποθηκεύσει ο οργανισμός σου και θα την κάνει λίπος. Δηλαδή, θα παχύνεις...

Τώρα που συζητήσαμε για την ισορροπημένη διατροφή, μπορούμε να ξεκινήσουμε με την πρόκληση μας!

Γευσιγνωσία και μαγειρική

Έρθε η ώρα να φτιάξετε τη δική σας μοναδική συνταγή!

Θα χρειαστεί να φτιάξετε μία χαρακτηριστική συνταγή που να αναδεικνύει τα τοπικά προϊόντα της **Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης**! Να βασίζεται στους γευστικούς συνδυασμούς και τις παραδόσεις του τόπου! Να είναι κάτι νέο και ταυτόχρονα κάτι κλασικό!

Ιδανικά, η συνταγή σας θα πρέπει να είναι ένα πλήρες ισορροπημένο γεύμα! Να έχει υλικά από την ομάδα των σιτηρών, των γαλακτοκομικών, των λαχανικών και των κρεάτων.

Ας δούμε τα υλικά που θα έχετε στη διάθεσή σας, για να φτιάξετε τη μοναδική σας συνταγή!

Ένα από τα μυστικά της επιτυχίας κρύβεται στα υγρά στοιχεία! Όσο περισσότερα υγρά στοιχεία έχει το φαγητό που θα φτιάξετε τόσο καλύτερα θα επικοινωνούν οι γεύσεις μεταξύ τους.

Τα υλικά με την πιο έντονη γεύση είναι τα μπαχαρικά! Αυτά τα χρησιμοποιούμε για να νοστιμέψει το φαγητό... Να έχει ένταση και ενδιαφέρον! Θα πρότεινα να χρησιμοποιήσετε μπαχαρικά! Αν βάλετε πολλά, όμως, η γεύση τους θα καλύψει όλες τις άλλες γεύσεις και δεν θα είναι ωραίο το αποτέλεσμα...



1

Γευσιγνωσία!

Για να διαλέξετε τα υλικά που θα βάλετε στη συνταγή σας, πρέπει πρώτα να τα δοκιμάσετε! Είναι σημαντική ικανότητα ενός μάγειρα να ξέρει τις γεύσεις από τα υλικά του και να μπορεί να προβλέψει πώς αυτές θα ταιριάζουν μεταξύ τους!

Ακριβώς όπως είναι σημαντικό να κρατάς πολλές ωραίες ιδέες στο μυαλό σου, όταν θες να γράψεις ένα κείμενο, και να ξέρεις πώς να τις συνδυάσεις μεταξύ τους, ώστε να ταιριάζουν.

Σε αυτήν τη φάση, θα έχετε την ευκαιρία να δοκιμάσετε τα υλικά που δεν ξέρετε τι γεύση έχουν!

20 Σε ποιο σύνολο ανήκει η κάθε γεύση;

Γράψτε στον πίνακα το όνομα του υλικού που δοκιμάζετε και δίπλα αξιολογήστε το. Βάλτε βαθμό για το πόσο σας άρεσε, πόσο έντονη γεύση έχει και πόσο αλμυρό, γλυκό, ξινό ή πικρό είναι.

21 Πρέπει να συμφωνήσουμε όλοι στους βαθμούς που θα βάλουμε στον πίνακά μας;

22 Σε ποιες κατηγορίες πρέπει να συμφωνούμε και σε ποιες ο καθένας μπορεί να έχει τη δική του άποψη;

Ας ξεκινήσει
η Γευσιγνωσία!

2

Πλειστηριασμός!

Αυτό που δεν σας είπα, είναι ότι τις συνταγές που θα φτιάξουμε μπορούμε να τις μαγειρέψουμε και να κάνουμε μία μεγάλη γιορτή για να τις προσφέρουμε στον κόσμο!

23 Σε ποιον θέλουμε να αρέσει η συνταγή που θα φτιάξουμε; Σε εμάς ή στους περισσότερους;

Ας χωριστούμε σε ομάδες και ας αποφασίσουμε για τα υλικά της συνταγής μας!

Η διαδικασία, βέβαια, με την οποία θα διαλέξετε υλικά δεν είναι τόσο απλή... Οι μερίδες από κάθε υλικό είναι συγκεκριμένες! Αυτό σημαίνει ότι δεν θα μπορέσουν οι ομάδες να πάρουν όποιο υλικό θέλουν.

Για να αγοράσετε το υλικό που προτιμάτε και να μην το πάρει κάποια άλλη ομάδα, θα πρέπει να κάνετε την καλύτερη προσφορά... Αυτό σημαίνει ότι κάθε ομάδα θα διεκδικήσει τα υλικά που θέλει απέναντι στις υπόλοιπες ομάδες!

Για να διεκδικήσετε τα υλικά που θέλετε, μπορείτε να ξοδέψετε τους 100 πόντους που έχετε στη διάθεσή σας! Αν θέλετε πολύ ένα συγκεκριμένο τυρί, μπορείτε να δώσετε πολλούς πόντους για να το πάρετε! Προσέξτε όμως, αν σας τελειώσουν οι 100 πόντοι, τότε θα μπορείτε να πάρετε μόνο υλικά που δεν τα θέλει κανείς και θα τα πάρετε δωρεάν.

Να θυμάστε ότι θα δώσετε πόντους για όλα τα υλικά που θέλετε! Μην τους χαλάσετε όλους για να πάρετε 1 υλικό. Μετά δεν θα έχετε να το ταιριάξετε με κάτι άλλο.

Η διαδικασία που θα ακολουθήσουμε είναι απλή!

- Ξεκινάμε με την κατηγορία των σιτηρών.
- Η πρώτη ομάδα ζητάει ένα υλικό και λέει πόσους πόντους δίνει για να το αγοράσει.
- Οι υπόλοιπες ομάδες έχουν χρόνο για να δώσουν περισσότερους πόντους και να το αγοράσουν αυτές αν το θέλουν.
- Αν κάποια ομάδα δώσει περισσότερους πόντους, όλες οι ομάδες, μαζί με την αρχική ομάδα, έχουν δικαίωμα να δώσουν περισσότερους πόντους για να το πάρουν εφόσον το θέλουν.
- Η ομάδα που θα δώσει τους περισσότερους πόντους παίρνει το υλικό και αφαιρεί τους πόντους που έδωσε από τους πόντους που είχε στη διάθεσή της.
- Η ομάδα που βρίσκεται μετά από αυτή που αγόρασε το υλικό, ζητάει ένα από τα υλικά που έχουν μείνει, λέγοντας πόσους πόντους δίνει για αυτό.
- Οι υπόλοιπες ομάδες αποφασίζουν αν θέλουν να δώσουν περισσότερους πόντους για να το πάρουν ή το αφήνουν.
- Η διαδικασία συνεχίζεται μέχρι να αγοράσουν όλες οι ομάδες τα υλικά που θέλουν να πάρουν.
- Μετά, προχωράμε στην επόμενη κατηγορία, αυτή των γαλακτοκομικών. Μετά στα λαχανικά, τα κρέατα και, τέλος, στα επιπλέον υλικά που υπάρχουν διαθέσιμα.

Φυσικά, θα έχετε χρόνο για να καταστρώσετε τα σχέδιά σας και να αποφασίσετε την στρατηγική που θα ακολουθήσετε!

24 Η ικανότητα να διαλέξεις τα καλύτερα υλικά είναι η ίδια με την ικανότητα να καταστρώσεις την καλύτερη στρατηγική για να ξεδέψεις πόντους κατά τη διάρκεια των αγορών;

Είναι πολύ διαφορετική η μία ικανότητα από την άλλη! Αυτό όμως δεν πρέπει να σας τρομάζει. Για αυτό είστε ομάδα. Όπως, σε κάθε συνταγή, τα υλικά παίζουν διαφορετικό ρόλο, έτσι και σε μία ομάδα ο καθένας σας μπορεί να αναλάβει αυτά στα οποία είναι καλύτερος!

Πριν αποφασίσετε για τη στρατηγική σας, συζητήστε!

- Ποια από τις ομάδες τροφών είναι πιο σημαντική στη συνταγή σας;
- Πού αξίζει να δώσετε τους περισσότερους από τους πόντους σας;
- Πού περιμένετε να δοθεί η μεγαλύτερη μάχη;

Σκεφτείτε πριν πάρετε τις αποφάσεις σας και καταστρώστε περισσότερα από ένα σχέδια! Δεν είναι σίγουρο ότι θα πετύχει το αρχικό σας σχέδιο. Δεν θέλετε να βρεθείτε στη μέση μιας διαπραγμάτευσης χωρίς να έχετε εναλλακτικές...

**Έτοιμοι;
Ας ξεκινήσουμε
τον πλειστηριασμό!**

25 Ποια ομάδα επιλέγει τώρα σιτηρά;

26 Ποια ομάδα επιλέγει τώρα γαλακτοκομικά;

27 Ποια ομάδα επιλέγει τώρα λαχανικά;

28 Ποια ομάδα επιλέγει τώρα κρέατα;

29 Ποια ομάδα επιλέγει τώρα επιπλέον υλικά;

Μπαχαρικά μπορείτε να πάρετε όλοι! Έτοιμοι να πάρετε τα υλικά που αγοράσατε;

3

Παραγωγή & διαφήμιση!

Έφτασε επιτέλους η ώρα για μαγειρική!

Αφού πάρετε τα υλικά που αγοράσατε, θα κάνετε δοκιμές με τις ποσότητες και τη σειρά που θα βάλετε κάθε υλικό, για να καταλήξετε στην καλύτερη δυνατή συνταγή που μπορείτε!

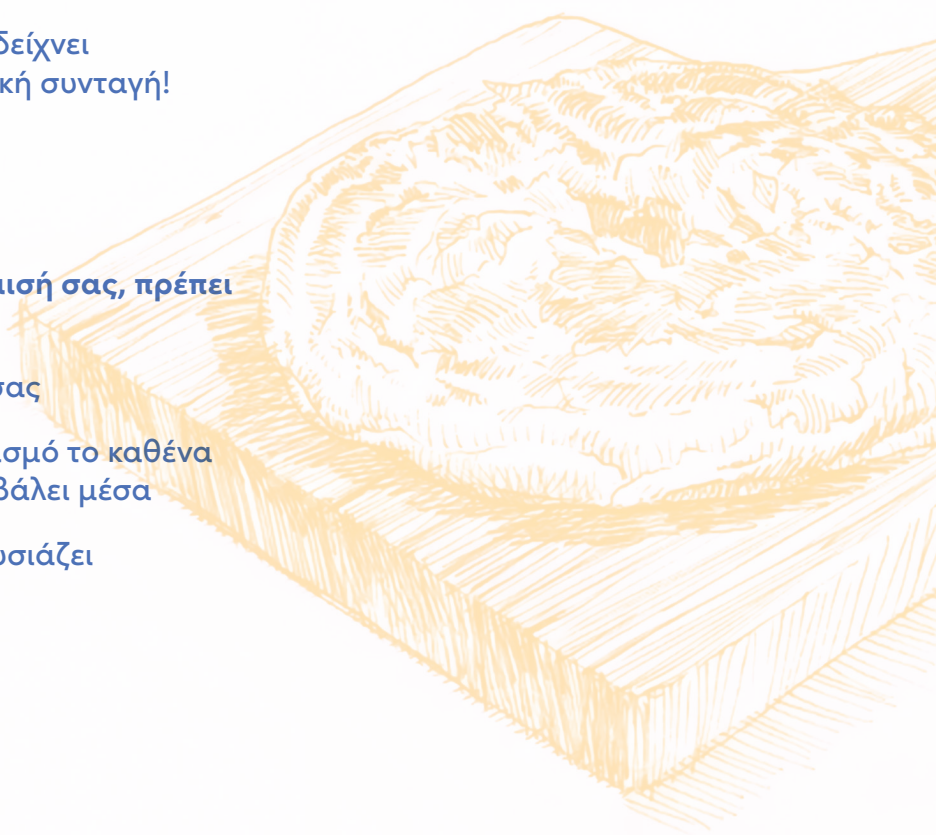
Θα χρειαστεί να παρουσιάσετε:

- Τη νέα συνταγή που φτιάξατε
- Το φαγητό που μαγειρέψατε με τη συνταγή σας!
- Μία διαφήμιση που να δείχνει ότι είναι μία παραδοσιακή συνταγή!

Διαφήμιση

Για να φτιάξετε τη διαφήμισή σας, πρέπει να βρείτε 3 πράγματα!

- Όνομα για τη συνταγή σας
- Πώς βοηθάει τον οργανισμό το καθένα από τα υλικά που έχετε βάλει μέσα
- Ένα σκετς που να παρουσιάζει όλα τα παραπάνω!



Αν δεν θυμάστε πού βοηθάει κάθε υλικό, μπορείτε να ψάξετε στο διάγραμμα με τις ομάδες τροφών!

Θα έχετε μόλις 2 ώρες!
Φυσικά, μετά, η κριτική μας επιτροπή θα δοκιμάσει τη συνταγή σας!

Ξεκινήστε! Ο χρόνος σας έχει αρχίσει!
Έχετε λίγο χρόνο!

4

Η ώρα της κρίσης!

Ας ξεκινήσουμε τις δοκιμές! Αφήστε κάτω τα κουτάλια...

Τελείωσε ο χρόνος σας!

Ποια ομάδα θα παρουσιάσει;

- Τη συνταγή της
- Το φαγητό που έφτιαξε με τη συνταγή της
- Τη διαφήμιση για τη συνταγή της
- Πώς βοήθησε ο καθένας από την ομάδα στο τελικό αποτέλεσμα;
- Είχαν όλοι τον ίδιο ρόλο;
- Πώς θα μπορούσατε να κάντε πιο αλμυρό το φαγητό σας;
- Γιατί πιστεύετε ότι είναι ισορροπημένο διατροφικά;
- Με τι θα μπορούσατε να αντικαταστήσετε καθένα από τα υλικά που βάλατε;

30 Θα κάνατε τίποτα διαφορετικά τώρα που έχετε μάθει από την προσπάθεια να φτιάξετε μία γευστική και ισορροπημένη συνταγή;

31 Υπάρχει κάποια ιδέα άλλης ομάδας που πιστεύετε ότι ήταν πολύ καλή και αξίζει να προσπαθήσετε να την υλοποιήσετε;

Σημείωση

Μετά την ολοκλήρωση των παρουσιάσεων και των ερωτήσεων, ο εκπαιδευτικός αποφασίζει για τα βραβεία του διαγωνισμού, καλύτερης συνεργασίας, καλύτερης παρουσίασης, πιο ευφάνταστης διαφήμισης, καλύτερης συνταγής, βραβείο του κοινού, και μετά μοιράζει τα φύλλα αυτοαξιολόγησης, ώστε τα παιδιά να αποτιμήσουν την προσπάθειά τους αναστοχαστικά και να βγάλουν γόνιμα συμπεράσματα για τη συνεργασία τους, τις δεξιότητες που αξιοποίησαν, τα δυνατά και αδύναμα σημεία τους, τη δυσκολία του εγχειρήματος, αλλά και για το πόσο διασκεδαστικό ήταν.

Μέσα από αυτή τη διαδικασία τα παιδιά καλούνται να κάνουν τον διαχωρισμό του «σκέφτομαι» κάτι, προσπαθώ να το αναλύσω, να προβλέψω πώς θα πάει, να το στηρίξω σαν ιδέα και του «φαντάζομαι» που έχει να κάνει με τις διαφορετικές παραλλαγές και λύσεις που μπορώ να βρω σε ένα πρόβλημα, πόσο μακριά από τις συνηθισμένες ήταν οι ιδέες που είχα. Επίσης είναι σημαντικό να γίνει ο διαχωρισμός του «Εύκολο ή Δύσκολο» με το «Πόσο μου άρεσε», καθώς οι προκλήσεις δημιουργούνται για να δυσκολεύουν τα παιδιά, αλλά τα περισσότερα παιδιά τις απολαμβάνουν, είτε γιατί τους αρέσει το αίσθημα του δημιουργικού επιτεύγματος όταν τα καταφέρνουν είτε γιατί γελάνε πολύ με τις παρουσιάσεις και τα περίεργα ονόματα των συμμαθητών τους. Ακόμα, καλό είναι να αναλογιστούν οι μαθητές αν το τελικό προϊόν, τουλάχιστον, ανήκει στο ίδιο γευστικό σύνολο (γλυκό, ξινό, πικρό, αλμυρό) με αυτό που είχαν σχεδιάσει αρχικά.

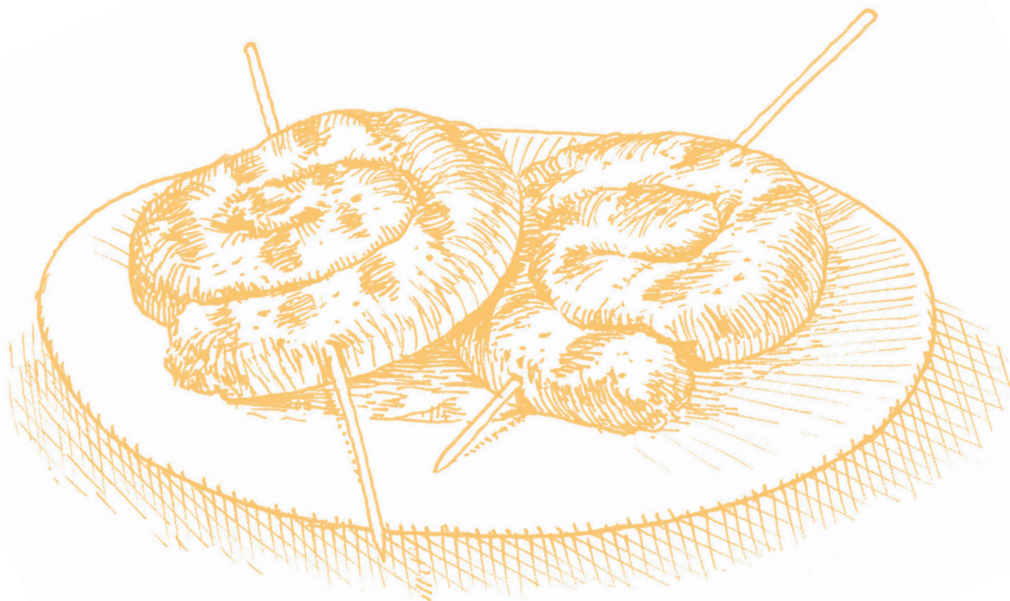
Καλό είναι, επίσης, να γίνει η συσχέτιση του «Δύσκολο» με την «Επιμονή», ειδικά στην περίπτωση που κάποιος το αξιολογήσει ως «Εύκολο» παρά την αποτυχία της ομάδας του. Είναι σύνηθες τα παιδιά σε αυτή την ηλικία να μην αντιλαμβάνονται τις απαιτήσεις μίας δραστηριότητας και να την χαρακτηρίζουν εύκολη επειδή «συμμετείχαν» σε αυτή. Καλό είναι να επισημάνει ο εκπαιδευτικός με ερωτήσεις του τύπου: «Αφού τελικά δεν είχε καλή γεύση ο χυμός σας, γιατί πιστεύεις ότι ήταν εύκολο;» Καλό είναι να δώσει έμφαση ο εκπαιδευτικός και στη συσχέτιση του «Δύσκολο» και της «Συνεργασίας». Είναι σύνηθες σε αυτήν την ηλικία τα παιδιά να βάζουν τον εαυτό τους στο επίκεντρο και να δυσκολεύονται να ακούσουν ή να δεχθούν ιδέες των άλλων. Κάποιες από τις δραστηριότητες θα τους ήταν πιο εύκολες αν ήταν ατομικές. Καλό είναι ο δάσκαλος να το διευκρινίσει αυτό μέσα από ερωτήσεις του τύπου: «Πού δυσκολεύτηκες; Πιστεύεις ότι θα ήταν πιο εύκολο αν το κάνεις μόνος σου;» Αυτή η αναστοχαστική διαδικασία έχει ως στόχο να ανακεφαλαιώσει την εκπαιδευτική εμπειρία στο μυαλό του παιδιού.

Σήμερα μάθαμε την ισορροπία! Δεν φτάνει να έχουμε καλές ιδέες... Πρέπει να έχουμε και τις γνώσεις που μας βοηθούν να υλοποιήσουμε σωστά τις ιδέες αυτές.

Άσκηση για το σπίτι

Δείξε στους γονείς σου τη συνταγή που προτείνετε με την ομάδα σου, ακολουθήστε τα βήματά της για να την υλοποιήσετε και προσπαθήστε να τη βελτιώσετε. Πες τους ποια υλικά μπορούν να αντικαταστήσουν με ποια. Δεν είναι ζητούμενο να είναι μόνο γευστικό το σάντουιτς! Πρέπει να είναι και ισορροπημένο διατροφικά...

Μπορείς πάντοτε να φτιάξεις αρκετό από το φαγητό με τη συνταγή σας και να φέρεις στο σχολείο, για να δοκιμάσουν και οι συμμαθητές σου. Εξήγησέ τους τι κάνατε διαφορετικά και τι άλλο δοκίμασες όταν την υλοποίησες στο σπίτι σου.



Η δική μας συνταγή

Πίνακας Γευσιγνωσίας

Υλικό	προτίμηση 1 - 10	ένταση 1 - 10	γλυκό 1 - 10	αλμυρό 1 - 10	πικρό 1 - 10	ξινό 1 - 10
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

Προτεινόμενη Συνταγή

Υλικά

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

Εξοπλισμός

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Διαδικασία

Προτεινόμενα Υλικά

Σιτηρά

Κρουτόν
Πίτα Καλαμποκιού
Ψωμί
Φρυγανιά

Κρεατικά

Γαλοπούλα
Ζαμπόν
Καβουρμάς

Μπαχαρικά

Αλάτι
Πιπέρι
Ρίγανη
Δυόσμος
Θυμάρι
Βασιλικός
Τζίντζερ
Κανέλα
Πάπρικα
Γλυκιά πάπρικα

Γαλακτοκομικά

Φέτα
Γραβιέρα
Γιαούρτι
Κεφίρ

Ξηροί καρποί

Καρύδι
Αμύγδαλο
Κάσιους

Άλλα

Μέλι
Λάδι
Κακάο
Τσάι
Ζάχαρη
Ξίδι
Πίκλες
Μπαλσάμικο
Μουστάρδα
Μαγιονέζα

Λαχανικά

Σπαράγγια (βρασμένα)
Ελιές Θρούμπες
Πιπεριές
Ντομάτα
Μαρούλι
Αγγούρι
Κάπαρη
Σπανάκι
Φρέσκο κρεμμύδι
Κρεμμύδι
Παντζάρι
Λεμόνι
Ραπανάκια

Φρούτα

Μήλο
Ξινόμηλο
Αχλάδι
Πεπόνι
Σταφύλι
Πορτοκάλι
Φράουλες

Και τελικά; Πώς τα πήγαμε;

Σκέψη

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Λίγο

Πολύ

Σχεδιασμός

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Εύκολο

Δύσκολο

Υλοποίηση

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Εύκολο

Δύσκολο

Επιμονή

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Εύκολο

Δύσκολο

Φαντασία

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Λίγο

Πολύ

Υπολογισμοί

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Εύκολο

Δύσκολο

Επιλογή Υλικών

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Εύκολο

Δύσκολο

Επικοινωνία / Συνεργασία

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Εύκολο

Δύσκολο

Πόσο δύσκολο σου φάνηκε;

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Λίγο

Πολύ

Πόσο κοντά ήταν αυτό που σχεδιάσατε με αυτό που κάνατε;

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Λίγο

Πολύ

Πόσο σου άρεσε;

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Λίγο

Πολύ

Πόσο ικανοποιημένος είσαι με το αποτέλεσμα;

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Λίγο

Πολύ

ΜΕΡΟΣ

Τοπικό Πανηγύρι Άνοιγμα στην κοινότητα

Το τελευταίο μέρος του πλάνου είναι μία επέκταση που μπορεί να γίνει ως επιστέγασμα της όλης διαδικασίας. Τα παιδιά, με τους γονείς τους, μαγειρεύουν τις τοπικές συνταγές που έχουν προτείνει και τις φέρνουν στο σχολείο για να τις μοιράσουν στον πάγκο τους, δημιουργώντας μία μικρή τοπική γιορτή. Αυτό μπορούν να το συμπληρώσουν με τα κείμενα που έχουν γράψει για να δικαιολογήσουν ότι η συνταγή τους είναι παραδοσιακή, με τη διαφήμιση που έχουν γράψει, με βιντεοσκοπημένες συνεντεύξεις και μαρτυρίες γονέων και παππούδων με εντυπώσεις από τη συνταγή τους, με τοπική μουσική ή ακόμα και τοπικές φορεσιές.

Εδώ δίνεται η δυνατότητα στον εκπαιδευτικό να δώσει όσες διαστάσεις θέλει στην τοπική γιορτή των παιδιών και να την ανοίξει όσο επιθυμεί στην κοινότητα. Με το πολυτροπικό υλικό που δημιουργούν τα παιδιά καλύπτουν στόχους τόσο σε Γλώσσα όσο και σε Εικαστικά και Μελέτη Περιβάλλοντος.



Στόχοι

- Να βιώσουν τα παιδιά τη χαρά της συμμετοχής και της προσφοράς, αλλά να γνωρίσουν και το αίσθημα ότι μπορούν να επηρεάσουν το περιβάλλον τους
- Να καλλιεργήσουν δεξιότητες παρουσίασης και δημιουργίας πολυτροπικών υλικών
- Να εμπλέξουν την οικογένεια και την κοινότητα

Δραστηριότητες

- Μαγειρεύουν με την οικογένειά τους ενδυναμώνοντας τη σχέση με το σύστημα υποστήριξης τη οικογένειας
- Δημιουργούν υλικό: συνεντεύξεις, αφίσες, αφήγηση, μουσική υπόκρουση
- Οργάνωση πανηγυριού με κέρασματα, μουσικές και παρουσιάσεις
- Καταγραφή αναστοχασμού:
«Τι έμαθα για το προϊόν μου;
Τι μου άρεσε πιο πολύ; Τι θα άλλαζα;»

Μέθοδοι διδασκαλίας και κινητοποίησης

Μαιευτική (ερωταπαντήσεων)

Το μεγαλύτερο μέρος της διδασκαλίας, μετά την Αυτονομία στη Μάθηση, γίνεται μέσα από τις διαδοχικές ερωτήσεις του εκπαιδευτικού στους μαθητές. Με αυτόν τον τρόπο ο μαθητής οδηγείται να δεχθεί αυτό που διδάσκεται, γιατί έχει προκύψει εύλογα μέσα από τις ερωτήσεις.

Διαβάθμιση Δυσκολίας

Υπάρχουν εναλλακτικά μονοπάτια διαβαθμισμένης δυσκολίας, όπως υπάρχουν πολλές ερωτήσεις διαβαθμισμένης δυσκολίας. Ανάλογα με τον βαθμό δυσκολίας, ο εκπαιδευτικός περιμένει διαφορετική απάντηση και έχει διαφορετικές απαιτήσεις από τους μαθητές. Το επίπεδο δυσκολίας είναι ενδεικτικό και ο εκπαιδευτικός μπορεί να το ανεβάσει ή να το κατεβάσει ανάλογα με το επίπεδο της τάξης του. Το ίδιο ισχύει και με την ανάγνωση και τις λέξεις ενδιαφέροντος.

Διαθεματικότητα

Τα παιδιά διδάσκονται ταυτόχρονα Γλώσσα, Μαθηματικά, Συναισθηματική Αγωγή και Μελέτη Περιβάλλοντος. Μέσα από το ίδιο γνωστικό περίβλημα διδάσκονται – με διαφορετική ανάγνωση – διαφορετικά πράγματα, αξιοποιούν διαφορετικού τύπου γνώση ταυτόχρονα, για να πάρουν αποφάσεις, και βλέπουν τις ίδιες έννοιες σε διαφορετικά γνωστικά πεδία. Έτσι, αποκτούν γνωστική ευελιξία και αντιλαμβάνονται τη συσχέτιση των διαφορετικών γνωστικών πεδίων.

Εμβάθυνση

Μέσα στο πλάνο υπάρχουν πολλά σημεία εμβάθυνσης όπου τα παιδιά καλούνται να καταλάβουν έννοιες, τα σημανόμενα του κειμένου και τις προεκτάσεις του. Ανάλογα με το επίπεδο κάθε τμήματος και με τη διάθεσή του, μπορεί να επεκταθεί περισσότερο ή λιγότερο ο εκπαιδευτικός σε αυτά, με την προϋπόθεση ότι δε θα απαιτηθεί η κατάκτηση τους από το σύνολο της τάξης.

Αυτοαξιολόγηση

Η διαδικασία της αυτονομίας στη μάθηση είναι μηχανισμοί άτυπης αυτοαξιολόγησης των παιδιών. Οι μαθητές μπορούν, συγκριτικά με τους άλλους να αποκτήσουν επίγνωση της συνεισφοράς τους, αναπτύσσοντας μεταγνωστικές δεξιότητες επίγνωσης.

Ετεροδιδασκαλία

Οι διαδικασίες αυτοαξιολόγησης και οι συνεργατικές δραστηριότητες αποτελούν ευκαιρίες ετεροδιδασκαλίας. Τα παιδιά προσπαθούν να εξηγήσουν το ένα στο άλλο γνωστικά αντικείμενα ή έννοιες που έχουν καταλάβει καλύτερα, με αποτέλεσμα όλες οι πλευρές να κατανοούν καλύτερα το ζητούμενο. Η ετεροδιδασκαλία είναι από τις πιο διαδεδομένες μορφές διαφοροποίησης της διδασκαλίας, γιατί επιτρέπουν την διαφοροποίηση των ρόλων των παιδιών μέσα στην τάξη, το βάθος που αντιλαμβάνονται μία έννοια ή κατακτούν έναν γνωστικό στόχο, ενδυναμώνουν τα κίνητρα των παιδιών, που νιώθουν ότι ανταμείβονται για την προσπάθειά τους, και βοηθάει το σύνολο της τάξης να υιοθετήσει μία νοοτροπία πολλαπλών πηγών για την απόκτηση γνώσης. Προδιαθέτει τα παιδιά να παίρνουν σοβαρά υπ' όψη τους τις γνώμες και τις παρεμβάσεις των συμμαθητών τους και αυξάνεται η εκτίμηση προς το πρόσωπο τους. Μαθαίνουν να συνεργάζονται.

Ανάδειξη πρακτικής εφαρμογής

Η αυτονομία στη μάθηση δείχνει στα παιδιά πως μπορούν να χρησιμοποιήσουν στην καθημερινότητά τους, αυτόνομα, όσα διδάσκονται στο σχολείο. Έτσι, αλλάζουν στάση απέναντι στο μάθημα και αντιλαμβάνονται τι αξία έχει για την καθημερινότητά τους. Παράλληλα, μαθαίνουν να βρίσκουν την ουσία στους κανόνες, κάτι που τα αφορά πρακτικά.

Θετική Ψυχολογία (Positive Psychology)

Τα παιδιά αρχίζουν να εμπιστεύονται τις δυνάμεις τους και να βλέπουν ότι τα καταφέρνουν, κάτι που ενδυναμώνει την αυτοεικόνα τους και την αυτοπεποίθησή τους. Αυτό θα ενδυναμώσει τα κίνητρά τους και θα τα κάνει να νιώσουν καλύτερα με τα λάθη τους.

Ασκήσεις για το Σπίτι

Τα παιδιά συζητούν με τους γονείς τους και κάνουν διασκεδαστικές δραστηριότητες μαζί τους, ενώ παράλληλα οι γονείς νιώθουν ότι μαθαίνουν για την καθημερινότητα του παιδιού και συμπεριλαμβάνονται. Αυτό τους βοηθά να νιώσουν ασφάλεια και να μην πιέζουν το παιδί με τα μαθήματα του σχολείου και τις επιδόσεις του.

Αυτονομία στη Μάθηση

Τα παιδιά καλούνται να φέρουν εις πέρας απαιτητικές δραστηριότητες χωρίς την υποστήριξη του εκπαιδευτικού τους, διαχειριζόμενα σε ομάδες, αυτόνομα, το διδακτικό υλικό και τα γνωστικά αντικείμενα.

Διερευνητική Μάθηση

Τα παιδιά μαθαίνουν ψάχνοντας μόνα τους μέσα σε πηγές και βγάζουν συμπεράσματα για έννοιες και γνωστικά πεδία ανακαλυπτικά.

Ομαδοσυνεργατική Μάθηση

Τα παιδιά λειτουργούν σε ομάδες και αναλαμβάνουν διαφορετικούς ρόλους. Μαθαίνουν να συνεργάζονται και να επικοινωνούν. Αμβλύνουν τις διαπροσωπικές τους συγκρούσεις και μαθαίνουν να βασίζονται σε άλλους.

Άρρητη Μάθηση

Τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να μάθουν για γνωστικά πεδία που βρίσκονται μέσα στη ζώνη ετοιμότητάς τους χωρίς να εκτεθούν σε άμεση διδασκαλία. Αυτό συμβαίνει με τα μοτίβα, την πυραμίδα των αναγκών και τις παραγράφους σε αυτό το πλάνο μαθήματος.

Έμμεση Αξιολόγηση

Τα παιδιά αξιολογούνται έμμεσα και ατομικά για την κατανόησή τους στο κείμενο μέσα από τη διαδικασία πλαγιότιτλων. Έμμεσα αξιολογούνται και για την συμμετοχή τους στις ερωτήσεις του μαθήματος. Έμμεση αξιολόγηση και επιβράβευση αποτελεί και η υιοθέτηση του κειμένου μίας ομάδας για αντιγραφή και ορθογραφία.

Άμεση Αξιολόγηση

Τα παιδιά διορθώνονται για τα λάθη τους και αναγνωρίζονται οι σωστές τους απαντήσεις.

Παράλληλη Αξιολόγηση

Όσο η μία ομάδα παρουσιάζει, οι υπόλοιπες πρέπει να την παρακολουθούν και να συμπληρώνουν σύντομα φύλλα αξιολόγησης. Αυτή η παράλληλη αξιολόγηση βοηθάει στη συγκέντρωση των παιδιών όταν παρουσιάζουν κάποιοι άλλοι και εντείνει την επίδραση της ετεροδιδασκαλίας και της ενεργητικής ακρόασης.

Διαφοροποίηση

Σε αυτό το πλάνο η Διαφοροποίηση γίνεται κυρίως βάσει της **Αυτονομίας στη Μάθηση**. Είναι μία διδακτική τεχνική που επιτρέπει σχεδόν ατομικά μονοπάτια μάθησης, τόσο βάσει **Διαβάθμισης Δυσκολίας** όσο και βάσει διαφορετικών ρόλων κατά την **Ομαδοσυνεργατική Μάθηση**. Γίνεται εμπλουτισμός της ύλης βάσει των ενδιαφερόντων των παιδιών, γίνεται **Εμβάθυνση** και **Αυτοαξιολόγηση**, – όπου επιτρέπουν διαφορετική απόκριση και εμπλοκή από κάθε μαθητή. Υπάρχει **Ετεροδιδασκαλία** που αποτελεί παράγοντα διαφοροποίησης, όπως υπάρχει **Παράλληλη Αξιολόγηση**, διαφοροποιημένα πλαίσια στα οποία κάθε μαθητής βγάζει διαφορετικά συμπεράσματα, ανάλογα με την ετοιμότητά του. Το ίδιο ισχύει και για την **Άρρητη Μάθηση**.

Επίσης, οι **Ασκήσεις για το Σπίτι** αποτελούν παράγοντα διαφοροποίησης, όπως η **Θετική Ψυχολογία** και η **Ανάδειξη της Πρακτικής Σημασίας**, αφού η επίδραση τους είναι εκθετική στα παιδιά που την έχουν ανάγκη. Οι ίδιες δραστηριότητες επιδρούν με διαφορετικό τρόπο σε κάθε μαθητή ανάλογα με τις ανάγκες του.

Οδηγίες και Διδακτικές Συμβουλές:

- Τα πλάνα τα οποία αναφέρονται σε Αυτονομία στη Μάθηση απαιτούν από τους μαθητές να πραγματευτούν, χωρίς την παρέμβαση του εκπαιδευτικού, συνήθως σε ομάδες, μία δραστηριότητα. Η λογική αυτών των πλάνων είναι η διερευνητική μάθηση, η καλλιέργεια δεξιοτήτων και η ενδυνάμωση των παιδιών να αξιοποιούν τις διαθέσιμες πηγές για να αποκομίσουν αξία. Στη διάρκεια των πλάνων αυτών, τα παιδιά εισάγονται άρρητα σε έννοιες, στις οποίες θα εμβαθύνουν αργότερα, πραγματεύονται έννοιες που έχουν ήδη διδαχθεί, για να αναδειχθεί η πρακτική σημασία όσων ξέρουν, ή παίρνουν πληροφορίες που δεν απαιτούν εμβάθυνση αλλά απομνημόνευση. Επίσης, καλούνται να παρουσιάσουν στους συμμαθητές τους τα αποτελέσματά τους και, έτσι, επιτυγχάνεται και η ετεροδιδασκαλία.
- Είναι σύνηθες τα πλάνα της Αυτονομίας στη Μάθηση να είναι Ομαδοσυνεργατικά. Υπάρχουν 2 διαφορετικοί τρόποι για να χωριστούν οι ομάδες σε αυτά και αυτός που θα επιλεγεί εξαρτάται από τον τρόπο που έχει σχεδιαστεί το πλάνο διδασκαλίας. Στο παρόν πλάνο αξιοποιούνται και οι δύο τρόποι χωρισμού ομάδων σε διαφορετικά στάδια του πλάνου. Αυτό βοηθά και τον εκπαιδευτικό να κατανοήσει πότε πρέπει να επιλέγει καθέναν από τους δύο τρόπους να χωρίσει ομάδες.

Κάθε ομάδα έχει τη δική της ροή, ομαδικό μονοπάτι, μέσα στο πλάνο διδασκαλίας. Αν οι ροές έχουν σχεδιαστεί με τις αρχές της διαβαθμισμένης δυσκολίας, τότε οι ομάδες που φτιάχνει ο εκπαιδευτικός πρέπει να είναι ομοιογενείς και βάσει του επιπέδου ετοιμότητας των μαθητών αναφορικά με αυτό που θα τους ζητηθεί. Αν οι ροές προσφέρουν εναλλακτικές που αφορούν διαφορετικά ενδιαφέροντα και προτιμήσεις των παιδιών, τότε οι ομάδες είναι καλό να είναι ανομοιογενείς και συμπληρωματικές. Δηλαδή, τα παιδιά που βρίσκονται σε μία ομάδα να έχουν κοινό ενδιαφέρον, αλλά να έχουν προτερήματα που δεν έχουν οι υπόλοιποι στην ομάδα, όπως και οι αδυναμίες τους να καλύπτονται από τις δυνατότητες των υπολοίπων.

Οι ομοιογενείς ομάδες συνήθως καταλήγουν σε στρατηγικές «διαίρει και βασίλευε» για να διαχειριστούν τον όγκο δουλειάς, αφού έχουν παρόμοια ετοιμότητα τα μέλη σε αυτό που πραγματεύονται. Από την άλλη, οι ανομοιογενείς ομάδες ακολουθούν στρατηγικές «δυναμικού προγραμματισμού», αφού απαιτείται από τον καθένα να συνεργαστεί με τους άλλους και να συνδυάσουν τις δεξιότητές τους στο ίδιο ζητούμενο, για να το φέρουν εις πέρας. Επομένως, οι ομοιογενείς ομάδες λειτουργούν συνήθως ως σύνολο και κάνουν επιμερισμό φόρτου, ενώ οι ανομοιογενείς μοιράζουν ρόλους και λειτουργούν ως ομάδα, επιμερίζοντας ευθύνες και όχι φόρτο εργασίας.

Στο παρόν πλάνο, έχουμε διαβάθμιση δυσκολίας στα Φύλλα Εργασιών, οπότε τα παιδιά μπορούν να χωριστούν ανάλογα με το γενικότερο επίπεδο ετοιμοτητάς τους σε ομοιογενείς ομάδες, αλλά μέσα στο πλαίσιο της ομάδας τους είναι χρήσιμο να έχουν ανεπτυγμένες διαφορετικές δεξιότητες, ώστε να αναλάβουν διαφορετικούς ρόλους συμπληρωματικά. Αυτό θα οδηγήσει σε καλύτερη συνεργασία. Έτσι, θέλουμε ομάδες που βάσει δεξιοτήτων να είναι ανομοιογενείς, αλλά βάσει επιπέδου ετοιμότητας να είναι ομοιογενείς.

- Αν μία ομάδα έχει αυξημένο βαθμό ετοιμότητας σε αντικείμενα που αφορούν ένα γνωστικό πεδίο, αλλά δεν έχει αντίστοιχο βαθμό ετοιμότητας σε άλλο γνωστικό πεδίο, τότε δεν είναι απαραίτητο να πάρει σε όλους τους σταθμούς το δύσκολο μονοπάτι μάθησης. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να κρίνει το επίπεδο ετοιμότητας της ομάδας ανά γνωστικό αντικείμενο και να τους δώσει το αντίστοιχο μονοπάτι στο γνωστικό αυτό αντικείμενο.

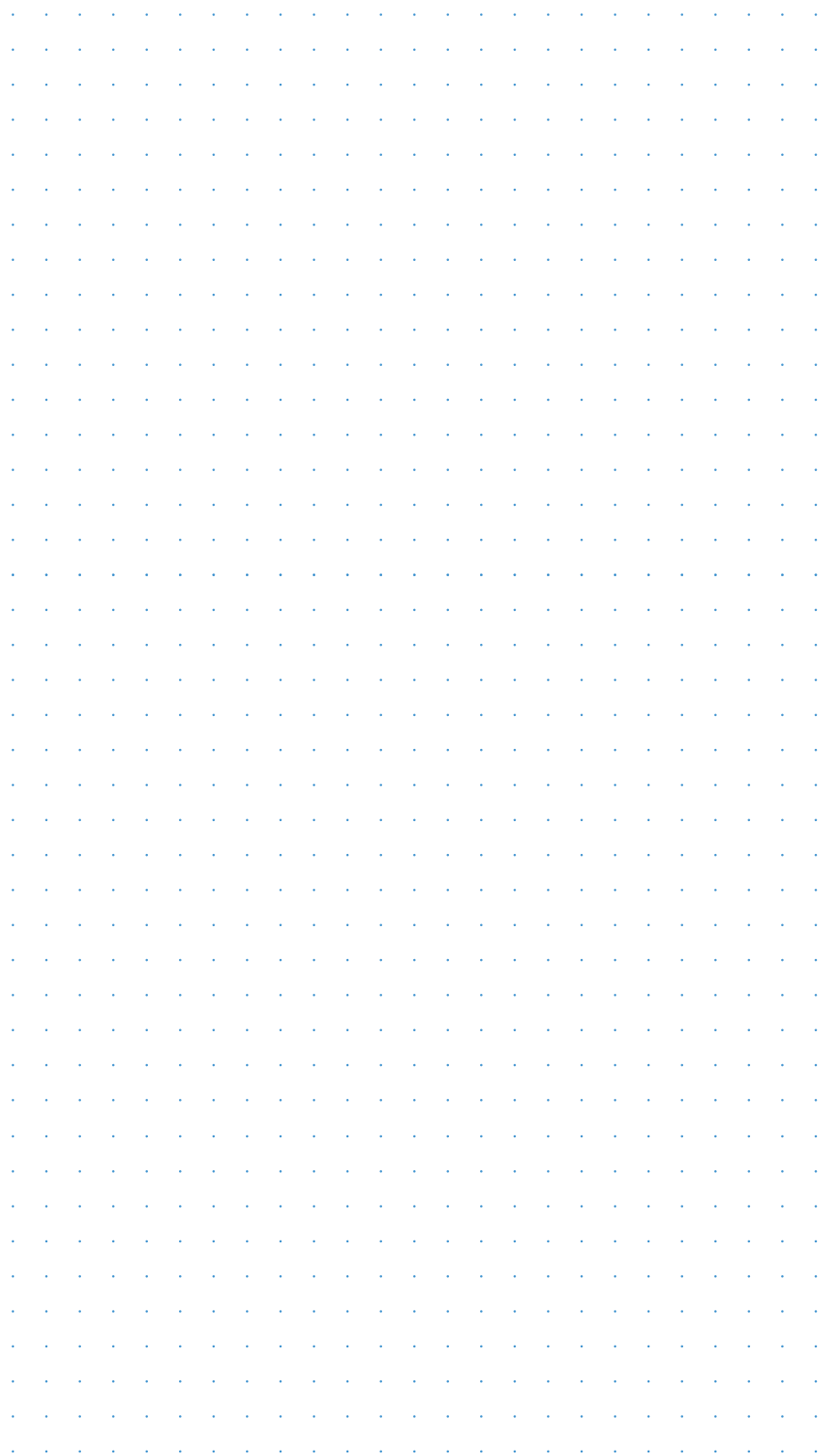
- Η διάκριση των μαθητών σε αυξημένη ετοιμότητα, τυπική ετοιμότητα ή χαμηλή ετοιμότητα δεν γίνεται συγκριτικά, ο ένας με τον άλλο. Πρέπει να γίνεται κατ' απόλυτο τρόπο, βάσει της βαθμίδας ετοιμότητας που βρίσκονται σε σχέση με τις απαιτήσεις που έχει κάθε μονοπάτι. Αν κάποιοι μαθητές είναι πιο προχωρημένοι από άλλους, αλλά δεν μπορούν να διαχειριστούν τον βαθμό δυσκολίας ενός δύσκολου μονοπατιού, δεν θα έπρεπε να το αναλάβουν επειδή είναι πιο προχωρημένοι από τους συμμαθητές τους. Αντίστοιχα, αν περισσότερες ομάδες μπορούν να διαχειριστούν το δύσκολο μονοπάτι μάθησης, δε θα έπρεπε να πάρουν ένα ευκολότερο επειδή υπάρχει μία ομάδα που έχει ακόμα μεγαλύτερο βαθμό ετοιμότητας.
- Στη λογική των πλάνων Αυτονομίας στη Μάθηση είναι ο εκπαιδευτικός να μην παρεμβαίνει κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Μετά από εξάσκηση και εξοικείωση των μαθητών σε παρόμοια περιβάλλοντα εκπαίδευσης, θα μπορεί ο εκπαιδευτικός να μην είναι στην τάξη και οι μαθητές να λειτουργούν εντελώς αυτόνομα, όχι μόνο ως προς το γνωστικό κομμάτι αλλά και ως προς τη χρήση εργαλείων έρευνας και τις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Αν αυτή είναι, όμως, η πρώτη φορά που οι μαθητές καλούνται να ανταπεξέλθουν σε ένα τέτοιο περιβάλλον, χρειάζεται ο εκπαιδευτικός να είναι υποστηρικτικός. Να καθοδηγεί τις ομάδες που βλέπει ότι έχουν κολλήσει.

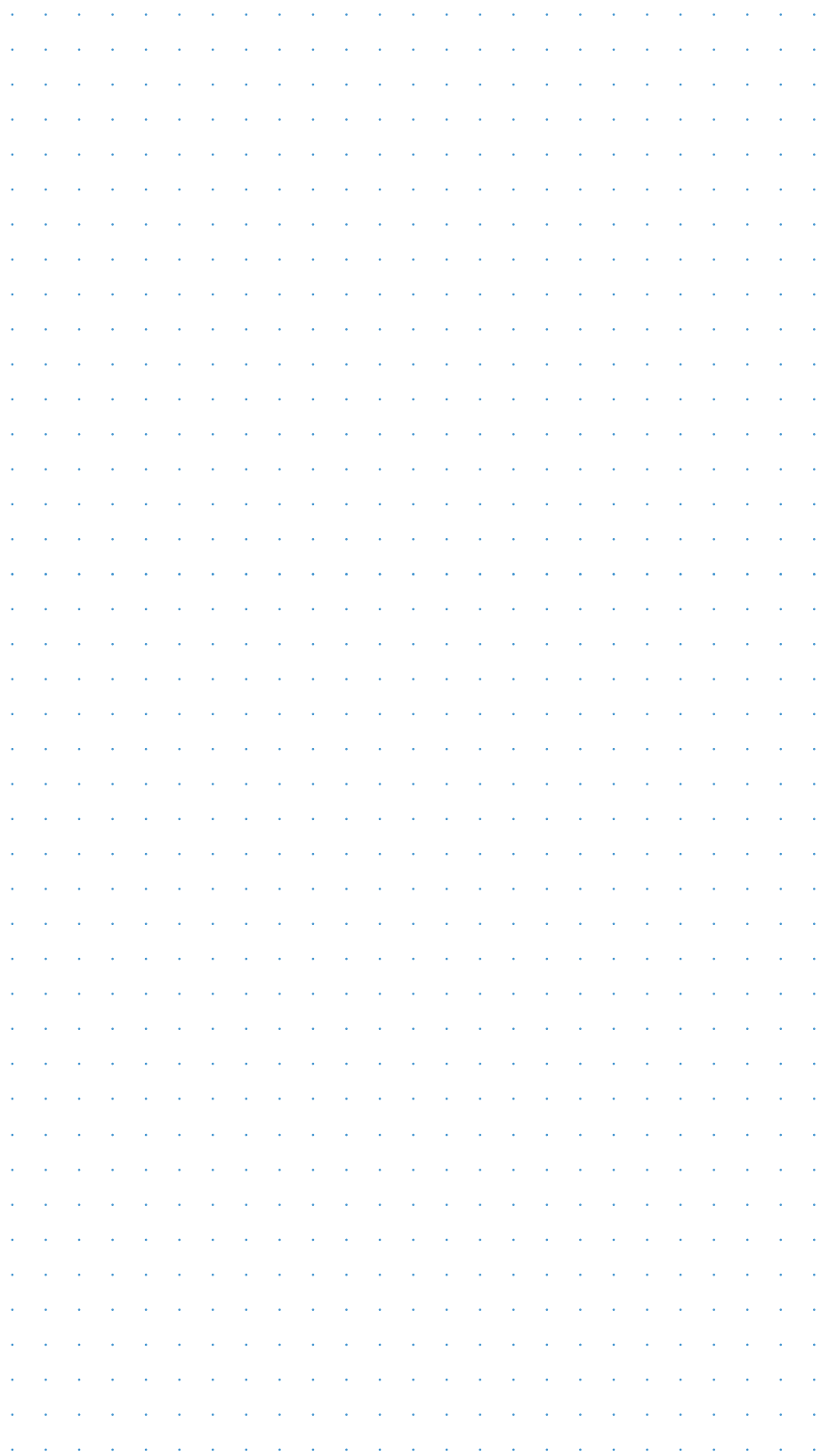
Σχόλια και παρατηρήσεις από την εφαρμογή:

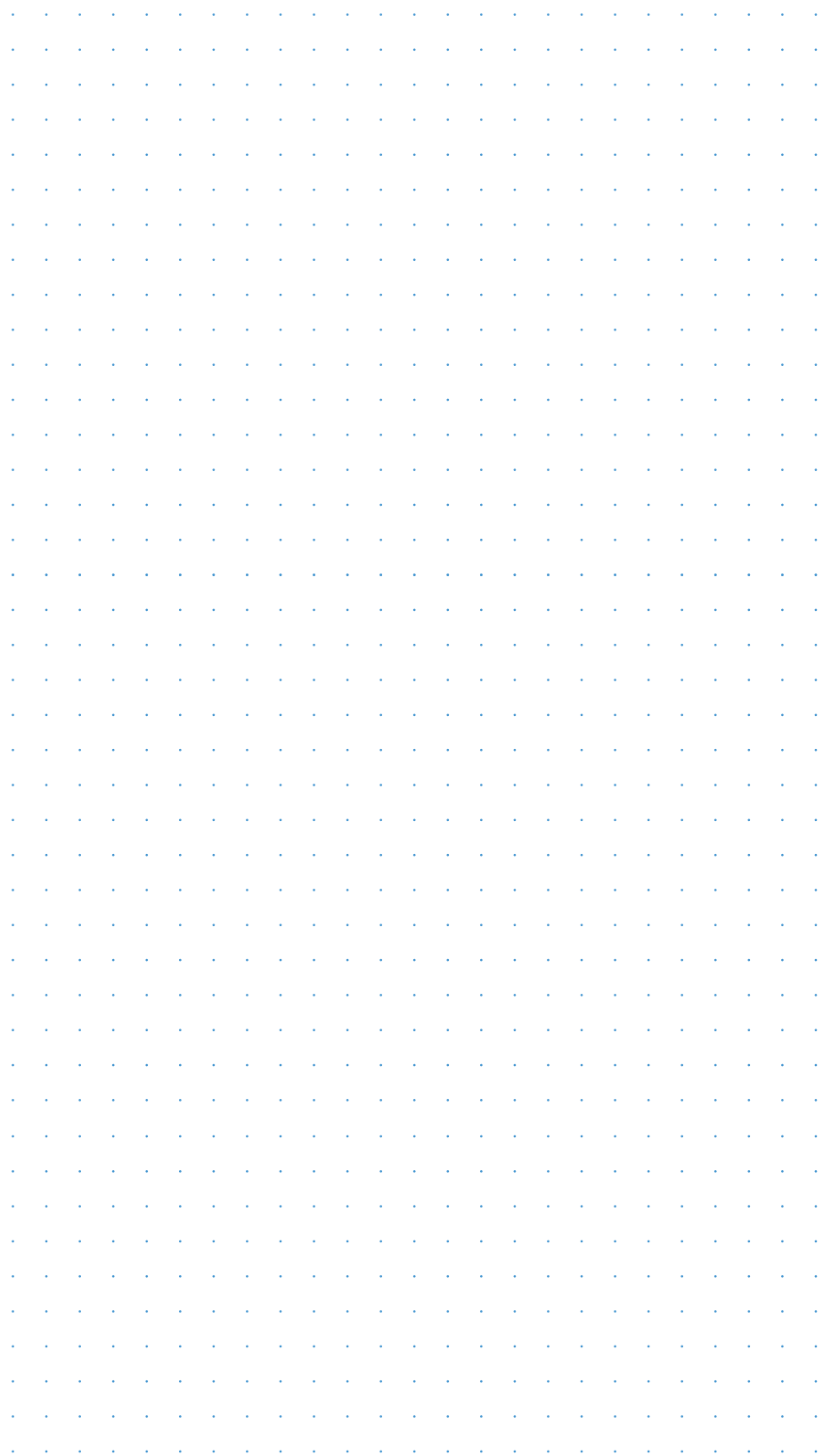
- Τα παιδιά δεν έχουν όλα το ίδιο εύρος προσοχής και δεν έχουν και όλα τις ίδιες δεξιότητες διαχείρισης χρόνου, είναι πολύ πιθανό πολλά από τα παιδιά να αφιερώνουν δυσανάλογα πολύ χρόνο σε επουσιώδη ζητήματα της ή να ασχολούνται με κάτι διαφορετικό (π.χ., να παίζουν με τα υλικά αντί να δουλεύουν στη συνταγή τους). Εκεί είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός να τους επαναφέρει στον στόχο προκειμένου να μην εκτεθεί και το άλλο μέλος της ομάδας, αλλά και να υπενθυμίζει σε όλα τα μέλη της ομάδας ποιος είναι ο στόχος τους και πως είναι όλη η ομάδα υπεύθυνη για τη διεκπεραίωσή του.
- Στα παιδιά επικοινωνείται ότι έχουν 2 διδακτικές ώρες για να κάνουν δοκιμές, να καταλήξουν στη συνταγή τους, να βρουν όνομα, να κάνουν τις απαραίτητες πράξεις και υπολογισμούς για το κόστος και να ετοιμάσουν τη διαφήμισή τους. Ο χρόνος σε αυτήν την κατασκευαστική πρόκληση είναι πιο περιορισμένος, ώστε να αναγκάσουμε τα παιδιά σε καταμερισμό εργασιών. Βέβαια, αν ο εκπαιδευτικός κρίνει ότι πρέπει να τους δώσει περισσότερο χρόνο, μπορεί να το κάνει.
- Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, ο εκπαιδευτικός βοηθάει τα παιδιά με τη χρήση του εξοπλισμού, τα καθοδηγεί σε διαφορετικές μορφές συνεργασίας και τα βοηθάει να λύσουν συγκρούσεις που αφορούν τις αποφάσεις τους, αναδεικνύοντας τις διαφορετικές προτιμήσεις του καθενός και την αποδοχή της διαφορετικότητας. Ταυτόχρονα, αναδεικνύει την ανάγκη τα παιδιά να βάλουν κριτήρια για την επιλογή των υλικών στη συνταγή τους αλλά και στον καταμερισμό των εργασιών μετά, ώστε οι διαφωνίες να επιλύονται βάσει κριτηρίων και όχι βάσει της προσωπικής προτίμησης του καθενός.
- Καλό είναι ο εκπαιδευτικός να δίνει έμφαση τόσο στη γεύση των διαφορετικών υλικών που βάζουν τα παιδιά στη συνταγή τους αλλά και στις ποσότητές τους. Επίσης, πρέπει να τους επισημάνει ότι ρόλο παίζει και πόσο έντονη είναι η γεύση του κάθε υλικού, για να καθορίσουμε την ποσότητα στην οποία θα το βάλουμε.
- Ο εκπαιδευτικός θα χρειαστεί σίγουρα να επιβλέψει τις παρασκευές των σάντουιτς και τη λειτουργία του εξοπλισμού καθώς τίθενται θέματα ασφαλείας. Η υγιεινή κατά το κόψιμο των υλικών για τη δοκιμή από όλα τα μέλη αλλά και η σωματική ακεραιότητα με τη λειτουργία της τοστιέρας ή τη χρήση επαναχρησιμοποιούμενων μαχαιριών.



Σημειώσεις













ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΓΕΩΡΓΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
Η Ευρώπη επενδύει στις αγροτικές περιοχές



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΑΙ ΤΡΟΦΙΜΩΝ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης