


## Δομή Προγράμματος Καλλιέργειας Δεξιοτήτων

Εργαστήριο	Περιγραφή δραστηριοτήτων
<p><b>Τίτλος εργαστηρίου:</b> «Ως το Μεδούλι» (1 διδακτική ώρα)</p> 	<p><b>Δραστηριότητα 1 «Βρίσκουμε την παλαιολιθική θέση στον χάρτη»</b> Για την υλοποίηση της συγκεκριμένης δραστηριότητας, προτείνεται οι μαθητές/-τριες να χωριστούν σε τέσσερις (4) ομάδες με τα εξής ονόματα: Ομάδα 1: Ασπροχάλικο Ομάδα 2: Κλειδί Ομάδα 3: Μπούλα Ομάδα 4: Καστρίτσα. Τα ονόματα των ομάδων αντιστοιχούν σε παλαιολιθικές θέσεις, οι οποίες βρίσκονται πάνω στον χάρτη της Ηπείρου της ενότητας. Η ομάδα 1 θα πάρει την καρτέλα Ασπροχάλικο, η ομάδα 2 την καρτέλα Κλειδί, η ομάδα 3 την καρτέλα Μπούλα και η ομάδα 4 την καρτέλα Καστρίτσα. Αφού διαβαστούν οι καρτέλες από την κάθε ομάδα, θα τοποθετηθούν στην αντίστοιχη θέση τους στον χάρτη. Η πέμπτη καρτέλα Κοκκινόπηλος μπορεί να τοποθετηθεί από τον/την εκπαιδευτικό στον χάρτη, αφού πρώτα διαβαστεί το περιεχόμενό της. Σε συνδυασμό με τη <b>Δραστηριότητα 1</b> μπορούν να γίνει άλλη μια δραστηριότητα: η <b>Δραστηριότητα 2 «Ανάβοντας τη φωτιά»</b> ή η <b>Δραστηριότητα 3 «Αναζητώντας...συνδέσεις διατροφικές»</b> ή η <b>Δραστηριότητα 4 «Μάντεψε το ζώο»</b></p> <p><b>Δραστηριότητα 2 «Ανάβοντας τη φωτιά»</b> Οι μαθητές/-τριες θα ανοίξουν το «Βιβλίο» της φωτιάς στο κέντρο του χώρου της δραστηριότητας, θα καθίσουν κυκλικά γύρω από τη φωτιά και θα συζητήσουν, με τη βοήθεια των καρτελών Συνεργασία και Πυριτόλιθοι, για τον ρόλο της φωτιάς στην παλαιολιθική εποχή και σήμερα. Μετά τη συζήτηση, και με την επίβλεψη του/της εκπαιδευτικού, οι μαθητές/-τριες μπορούν να δοκιμάσουν να «τρίψουν» τους πυριτόλιθους μεταξύ τους, έτσι ώστε να μυρίσουν τη χαρακτηριστική οσμή και να παρατηρήσουν τη σπίθα που παράγεται.</p> <p><b>Εναλλακτικά/ή:</b></p> <p><b>Δραστηριότητα 3 «Αναζητώντας...συνδέσεις διατροφικές»</b> Για την υλοποίηση της συγκεκριμένης δραστηριότητας, προτείνεται οι μαθητές/-τριες να χωριστούν σε τέσσερις ομάδες με τα εξής ονόματα: Ομάδα 1: Ασπροχάλικο Ομάδα (αντίγραφο δοντιού – καρτέλα Χάντρα και βελόνα), Ομάδα 2: Κλειδί (αντίγραφα οστών ζώων-καρτέλες ζώων και καρπών), Ομάδα 3: Μπούλα (αντίγραφα λίθινων εργαλείων – καρτέλες εργαλείων) Ομάδα 4: Καστρίτσα (σκόνη ώχρας – καρτέλα συντήρησης). Στις ομάδες θα μοιραστούν τα αντικείμενα της ενότητας (καρτέλες και αντιστοιχισμένα αντίγραφα) για να τα περιεργαστούν τα μέλη τους και να προσπαθήσουν μέσα από τη συνεργασία και την παρατήρηση να εντοπίσουν σχέσεις και συνδέσεις σχετικά με την προέλευση, την προετοιμασία, το μαγείρεμα και τη «συντήρηση» της τροφής.</p> <p>Ομάδα 1: Ασπροχάλικο Αυτή η ομάδα θα λάβει πρώτα το αντίγραφο δοντιού του ρινόκερου, το οποίο θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει με τη βοήθεια του/της</p>

εκπαιδευτικού, για να εντοπίσει σε ποιο ζώο μπορεί να ανήκει το δόντι και πώς σχετίζεται με τη διατροφή και τη ζωή των Παλαιολιθικών. Αφού ολοκληρωθεί η παρουσίαση των ερμηνειών της ομάδας στην υπόλοιπη τάξη, ο/η εκπαιδευτικός θα εξηγήσει ότι αυτό το δόντι ανήκε σε δασόβιο ρινόκερο που ζούσε στην Ήπειρο και πιθανόν αποτέλεσε θήραμα των ανθρώπων Νεότερηταλ πριν από περίπου 100.000 χρόνια. Στη συνέχεια, θα δοθεί στην ίδια ομάδα η καρτέλα Χάντρες και βελόνα, για να κατανοηθούν οι εναλλακτικές χρήσεις όλων των τμημάτων ενός θηράματος.

#### Ομάδα 2: Κλειδί

Αυτή η ομάδα θα λάβει πρώτα τα τρία (3) αντίγραφα οστών ζώων [δύο (2) φάλαγγες και ένα (1) μακρύ οστό-μετατάρσιο ποδιού], τα οποία θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, ώστε να εντοπίσει από ποιο μέρος του ζώου είναι αυτά τα οστά και πώς σχετίζονται με τη διατροφή και τη ζωή των Παλαιολιθικών. Αφού ολοκληρωθεί η παρουσίαση των ερμηνειών της ομάδας στην υπόλοιπη τάξη, θα μοιραστούν οι δύο (2) καρτέλες ζώων, Ερυθρό ελάφι και Αλπικός αίγαγρος, που αντιστοιχούν με τα αντίγραφα οστών και ο/η εκπαιδευτικός θα εξηγήσει ότι οι παλαιολιθικοί άνθρωποι κάποιες φορές άνοιγαν σκόπιμα τα οστά των θηραμάτων, για να καταναλώσουν το θρεπτικό μεδούλι. Με τη βοήθεια της καρτέλας Συλλέγοντας καρπούς, η ομάδα μαζί με την υπόλοιπη τάξη θα κατανοήσουν ότι οι παλαιολιθικοί άνθρωποι εκτός από κυνηγοί ήταν και συλλέκτες φυτικών και άλλων πόρων.

#### Ομάδα 3: Μποϊλα

Αυτή η ομάδα θα λάβει τα πειραματικά (σύγχρονα) λίθινα εργαλεία μαζί με την ομώνυμη καρτέλα τους και το αντίγραφο της αιχμής δόρατος, τα οποία θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, ώστε να εντοπίσει τη χρήση τους και τη σχέση τους με τη διατροφή και τη ζωή των Παλαιολιθικών. Στη συνέχεια, θα μοιραστούν στην ομάδα οι καρτέλες με τα λίθινα εργαλεία (Χειροπέλεκυς, Αιχμές για βέλη τόξου ή μικρού ακοντίου, Γλυφίδα, Ξέστρα), οι οποίες θα παρουσιαστούν στην υπόλοιπη τάξη μαζί με τις ερμηνείες της ομάδας για τα αντίγραφα.

#### Ομάδα 4: Καστρίτσα


Αυτή η ομάδα θα λάβει πρώτα το βαζάκι με την ώχρα και θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει το περιεχόμενό του με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού. Στη συνέχεια, θα δοθεί στην ομάδα η καρτέλα Σβόλοι ώχρας, όπου εξηγείται τι είναι η ώχρα και πώς πιθανόν σχετίζεται με τη διατροφή των Παλαιολιθικών ανθρώπων.

#### Εναλλακτικά/ή :

#### Δραστηριότητα 4 «Μάντεψε το ζώο»

Για το παιχνίδι, η τάξη θα χωριστεί σε δύο (2) ομάδες. Κάθε μία θα καθίσει σε σχήμα κύκλου και θα παίζει εναλλάξ. Ο/Η εκπαιδευτικός θα συντονίζει το παιχνίδι, δίνοντας την καρτέλα του ζώου στον/στην διαγωνιζόμενο/-η να την κρατάει πάνω από το κεφάλι του/της καθ' όλη τη χρονική διάρκεια που του/της αναλογεί, για να μαντέψει το ζώο. Συγκεκριμένα, ο/η διαγωνιζόμενος/-η θα

	<p>έχει ένα με δύο (1-2) λεπτά, για να μαντέψει το ζώο που του/της έχει δοθεί κάνοντας ερωτήσεις στην υπόλοιπη ομάδα σχετικά με αυτό (π.χ. έχει κέρατα; ζει στο νερό; είναι σαρκοφάγο;). Η υπόλοιπη ομάδα θα πρέπει να απαντά με ΝΑΙ ή ΟΧΙ μέχρι να βρεθεί το ζώο και να συνεχίσει ο/η διαγωνιζόμενος της άλλης ομάδας. Νικητήρια ομάδα θα είναι αυτή που στο τέλος θα έχει βρει τα περισσότερα ζώα.</p>
<p><b>Τίτλος εργαστηρίου:</b>  <b>«Στα μαγειρεία των Απειρωτών 1»</b>  <b>(1 διδακτική ώρα)</b></p> 	<p><b>Δραστηριότητα 1 «Ανακαλύπτοντας τα μαγειρεία των Απειρωτών»</b></p> <p>Κατά τη διάρκεια της κύριας δραστηριότητας, προτείνεται να χωριστεί η τάξη σε τρεις (3) ομάδες (Α, Β, Γ), στις οποίες θα μοιραστούν οι τριάντα μία (31) καρτέλες με τα αντίστοιχα αντίγραφα που αφορούν «πού, τι, πώς τρώνε» και τα οποία θα τοποθετούνται στο τέλος στον χάρτη της Ηπείρου.</p> <p>Ο/Η εκπαιδευτικός μοιράζει στις ομάδες μία από τις τρεις (3) καρτέλες με τη Νεολιθική, Ελληνιστική κατοικία και τη Ρωμαϊκή έπαυλη, καθώς και τις τρεις (3) καρτέλες με το Πρυτανείο της Δωδώνης, το Καταγώγιο της Κασσώπης και την Υδρία με σκηνή θυσίας, που δίνουν πληροφορίες για τα γεύματα και τον τρόπο διάθεσης των προϊόντων στους δημόσιους χώρους.</p> <p>Στη συνέχεια, με τη βοήθεια της καρτέλας Αφιερωματική επιγραφή γίνεται αναφορά στον ρόλο του/της μάγειρα/-ρισσας. Συγχρόνως, ο/η εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές/-τριες να βρουν το όνομα του/της μάγειρα/-ρισσας στην επιγραφή, ενώ με την καρτέλα Χρηστήριο μολύβδινο έλασμα δίνεται η ευκαιρία να γίνει συζήτηση για την αμοιβή ενός/μιας μάγειρα/-ρισσας κατά την αρχαιότητα. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη της Ηπείρου, για να αντιστοιχίσει τις καρτέλες με τα αντικείμενα, καθώς και το αντίγραφο του Χρηστήριου μολύβδινου ελάσματος με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.</p> <p>Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στην ομάδα Α την καρτέλα Αγκίστρι, η οποία συνδυάζεται και με το αντίγραφο αγκιστριού. Η ομάδα Β λαμβάνει την καρτέλα Ψάρια μικρά και μεγάλα και η ομάδα Γ την καρτέλα Καρχαρίας, ώστε η κάθε ομάδα να προσφέρει στις άλλες δύο (2), πληροφορίες για την αλιεία στην Ήπειρο κατά την αρχαιότητα. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη της Ηπείρου, για να αντιστοιχίσει τις καρτέλες, καθώς και το αντίγραφο του αγκιστριού με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.</p> <p>Στη συνέχεια, η ομάδα Α λαμβάνει την καρτέλα Σιδερένιο ψαλίδι, που δίνει πληροφορίες για την κτηνοτροφία της Ηπείρου στην αρχαιότητα. Η ομάδα Β λαμβάνει τις καρτέλες Χρηστήριο μολύβδινο έλασμα, Ειδώλιο γίδας, Έλασμα σε μορφή βοδιού, Αργυρό δίδραχμο με ταύρο. Η ομάδα Γ λαμβάνει την καρτέλα Θήλαστρο, που δίνει πληροφορίες για τα γαλακτοκομικά παράγωγα της περιοχής, καθώς και το αντίγραφο πήλινου θηλάστρου. Στην ομάδα Α δίνονται και οι δύο (2) καρτέλες Εγχάρακτος αγριόχοιρος και Ειδώλιο ελαφιού, για να γίνει αναφορά και στο κυνήγι ζώων, εκτός από την εκτροφή τους. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη της Ηπείρου, για να αντιστοιχίσει τις καρτέλες, καθώς και το αντίγραφο του πήλινου θηλάστρου με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.</p> <p>Ύστερα, η ομάδα Α λαμβάνει την καρτέλα Σιδερένιο υνί, που δίνει πληροφορίες για τη γεωργία στην Ήπειρο, η ομάδα Β την καρτέλα Όσπρια και η ομάδα Γ την καρτέλα Δημητριακά. Αφού τοποθετηθούν τα έξι (6) βαζάκια με τα όσπρια (3. λαθούρι, 4. λούπινα, 5. ρόβη, 6. κουκιά) και τα δημητριακά (1. σιτάρι, 2. κριθάρι) σε ένα τραπέζι, ζητούνται από ισάριθμους μαθητές/-τριες να κάνουν οπτική αναγνώριση. Στη συνέχεια, οι τρεις (3) ομάδες λαμβάνουν τις παρακάτω</p>

	<p>καρτέλες με την προτεινόμενη σειρά: την καρτέλα Ελαιοτριβείο για το λάδι και το κρασί, την καρτέλα Πελίκη, που περιγράφει τα αρχαία και ρωμαϊκά συμπόσια και την καρτέλα Ρίχνοντας νερό στο κρασί μαζί με το αντίγραφο της πήλινης κύλικας, που αφορά στη διαδικασία αραίωσης του κρασιού με συγκεκριμένα σκεύη. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη της Ηπείρου, για να αντιστοιχίσει τις καρτέλες και το αντίγραφο της πήλινης κύλικας με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.</p> <p>Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στην ομάδα Α την καρτέλα Άναψε τη φωτιά της πυροστιάς και την καρτέλα Βάλε το τηγάνι στη φωτιά, στην ομάδα Β την καρτέλα Τρίψε λίγο τυρί μαζί με το αντίγραφο σουρωτηριού και στην ομάδα Γ την καρτέλα Να σας σερβίρω μαζί με το αντίγραφο πήλινου πιάτου. Επιπλέον, θα μοιραστούν οι καρτέλες Αποθηκευτικοί πίθοι και Αποθέτης σκουπιδιών, που αφορούν στις διαδικασίες συντήρησης, αποθήκευσης και απόρριψης της τροφής. Στο τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη της Ηπείρου, για να αντιστοιχίσει τις καρτέλες και τα αντίγραφα με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.</p>
<p><b>Τίτλος εργαστηρίου:</b>  <b>«Στα μαγειρεία των Απειρωτών 2»</b>  <b>(1 διδακτική ώρα)</b></p> 	<p><b>Δραστηριότητα 1 «Στρώστε το τραπέζι των Απειρωτών»</b></p> <p>Για την προετοιμασία του παιχνιδιού: Οι μαθητές/-τριες καλούνται να κατασκευάσουν από πηλό δύο αντίγραφα για κάθε κατηγορία τροφίμων που περιλαμβάνονται σε έναν κατάλογο με τα γεύματα Αρχαίων και Ρωμαίων που θα δίνεται ως βοήθεια. Η κάθε ομάδα θα έχει τα δικά της τρόφιμα για τις δοκιμασίες: ψωμί, ποτήρι (για το κρασί και το νερό), κρεμμύδι (για τα λαχανικά), ψάρι, τυρί, μπριζόλα (για το κρύο ή ψητό κρέας), πιτούλες τύπου Pancakes (για τα γλυκίσματα), σύκο (για φρέσκα και ξερά φρούτα), αμύγδαλα (για τους ξηρούς καρπούς), αυγό, ελιές. Επιπλέον, προτείνεται οι μαθητές/-τριες να φέρουν από το σπίτι όσπρια και, εφόσον έχουν, κοχύλια στη θέση των θαλασσινών που αναγράφονται στον κατάλογο των γευμάτων. Οι κατηγορίες τροφίμων μοιράζονται σε δύο (2) τραπέζια για κάθε ομάδα.</p> <p>Απαραίτητη προϋπόθεση για τη δραστηριότητα είναι να μάθουν οι μαθητές/-τριες απ' έξω τα γεύματα Αρχαίων και Ρωμαίων, που αναφέρονται στον κατάλογο.</p> <p>Το παιχνίδι αποτελείται από τρεις γύρους (1ος: Πρωινό, 2ος: Μεσημεριανό, 3ος: Δείπνο συμποσίου) με δύο (2) δοκιμασίες για τον κάθε γύρο (αρχαίο και ρωμαϊκό γεύμα). Δύο (2) ή τρεις (3) μαθητές/-τριες θα έχουν τον ρόλο των κριτών και με τη βοήθεια του καταλόγου με τα γεύματα Αρχαίων και Ρωμαίων θα σημειώνουν τους πόντους κάθε ομάδας, μετά την ολοκλήρωση κάθε δοκιμασίας. Οι υπόλοιποι μαθητές/-τριες θα χωριστούν σε δύο (2) ομάδες (Α και Β) και θα σχηματίσουν δυάδες ή τριάδες ανάλογα με τον συνολικό αριθμό της τάξης. Για κάθε δοκιμασία θα διαγωνίζεται μία δυάδα/τριάδα από κάθε ομάδα, υλοποιώντας ταυτόχρονα το ίδιο γεύμα (π.χ. οι δύο πρώτες δυάδες θα υλοποιήσουν το αρχαίο πρωινό, οι επόμενες το ρωμαϊκό πρωινό κτλ.), έτσι ώστε να παίξουν όλοι οι μαθητές/-τριες. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να επιλέγονται κάθε φορά τα σωστά τρόφιμα ή ποτά ανάλογα με το γεύμα της κάθε εποχής (πρωινό, μεσημεριανό, δείπνο), στο οποίο καλούνται να δοκιμαστούν οι δυάδες/τριάδες της κάθε ομάδας. Κάθε σωστή επιλογή θα ανταμείβεται με δύο (2) πόντους, ενώ για κάθε λάθος προσθήκη στο κάθε γεύμα θα αφαιρείται ένας (1) πόντος. Στο τέλος όλων των γύρων, η ομάδα με τους περισσότερους πόντους θα είναι η νικήτρια!</p>

**Τίτλος εργαστηρίου:**  
**«Βυζαντινές**  
**λιχουδιές 1»**  
**(1 διδακτική ώρα)**






**Δραστηριότητα 1 «Δες Βρες» και «Βρες τις βυζαντινές θέσεις στον χάρτη»**

Για την καλύτερη κατανόησή του εκπαιδευτικού υλικού της ενότητας, προτείνεται να συνδυαστούν οι είκοσι τρεις (23) καρτέλες με το παιχνίδι Δες Βρες και τη δραστηριότητα «Βρες τις βυζαντινές θέσεις στον χάρτη», κατά την οποία οι μαθητές/-τριες καλούνται να αντιστοιχίσουν τις καρτέλες της ενότητας με τις βυζαντινές θέσεις στον χάρτη της Ηπείρου, αφού ολοκληρωθεί η εξερεύνησή τους. Παράλληλα με τις ερωτήσεις του Δες Βρες και τις πληροφορίες, που συνοδεύουν το εποπτικό υλικό των καρτελών, οι μαθητές/-τριες καλούνται να αναγνωρίσουν με την όραση, την αφή ή την όσφρηση τα δημητριακά, τα μπαχαρικά και τα όσπρια της βυζαντινής Ηπείρου. Υπεύθυνος/-η για την υλοποίηση του παιχνιδιού είναι ο/η εκπαιδευτικός, ο/η οποίος/-α θα έχει στην κατοχή του/της τις κάρτες του παιχνιδιού μαζί με τις καρτέλες των ψηφιδωτών, των τοιχογραφιών και των εικόνων που αντιστοιχούν στις ερωτήσεις. Για την καλύτερη ροή του παιχνιδιού, οι καρτέλες μπορούν να τοποθετηθούν με τη σειρά των ερωτήσεων του Δες Βρες πάνω σε ένα τραπέζι, στη μέση της αίθουσας. Εκεί προτείνεται να τοποθετηθούν και τα βαζάκια με τα δημητριακά, τα όσπρια, τα μπαχαρικά και το αντίγραφο της σφραγίδας. Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να δείχνει κάθε καρτέλα στους/στις μαθητές/-τριες για να απαντήσουν τις ερωτήσεις. Συγκεκριμένα, για το Δες Βρες οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε δύο (2) ομάδες και παίρνουν χαρτί και μολύβι, για να γράφουν τις απαντήσεις της ομάδας τους. Ο/Η εκπαιδευτικός θα διαχειρίζεται τις κάρτες του παιχνιδιού με τις ερωτήσεις και θα ορίζει τον χρόνο για την απάντηση της κάθε ομάδας (30 δευτερόλεπτα). Στόχος του παιχνιδιού είναι να βρει η κάθε ομάδα τη σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση. Κάθε φορά θα δίνονται έως τέσσερις (4) πιθανές απαντήσεις και οι μαθητές/-τριες θα πρέπει να επιλέξουν τη σωστή, βλέποντας τις βυζαντινές τοιχογραφίες και τα ψηφιδωτά, που περιλαμβάνονται στην ενότητα. Η σωστή απάντηση θα απεικονίζεται πάντα στη φωτογραφία που έχει αντιστοιχηθεί με την κάθε ερώτηση. Η ομάδα, που θα συγκεντρώσει στο τέλος του παιχνιδιού τις περισσότερες σωστές απαντήσεις, θα είναι η νικήτρια!

Αφού χωριστούν οι μαθητές/-τριες σε δύο (2) ομάδες και δοθούν οι οδηγίες του παιχνιδιού Δες Βρες, ο/η εκπαιδευτικός προτείνεται να αρχίσει τη δράση με την εισαγωγική καρτέλα Βυζαντινό μαγειρείο, προτού αρχίσουν οι ερωτήσεις. Πριν διαβαστούν οι πληροφορίες πίσω από την καρτέλα, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει ενδεικτικά τους/τις μαθητές/-τριες: πού τρώμε σήμερα στο σπίτι και ποιο είναι το πιο σημαντικό δωμάτιο για μια οικογένεια;

Η ερώτηση 1 αφορά στην καρτέλα Η Φιλοξενία του Αβραάμ. Αυτή η καρτέλα μπορεί να συνδυαστεί με τις καρτέλες Βυζαντινό σερβίτσιο, Βάλε τη χύτρα στη φωτιά, και Το βυζαντινό τραπέζι. Αφού διαβαστούν οι πληροφορίες των καρτελών σχετικά με το πώς και πού τρώνε οι Βυζαντινοί, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει τις δύο ομάδες, αν στην καρτέλα Το βυζαντινό τραπέζι πρόκειται για φτωχικό ή πλούσιο τραπέζι στην τοιχογραφία και γιατί. Η ερώτηση 2 αφορά στην καρτέλα Λάχανα και χάχανα. Η ερώτηση 3 αφορά στην καρτέλα Οπωροφόρα δέντρα. Εδώ μπορεί να συνδυαστεί και η καρτέλα Μέλι, καθώς σχετίζεται με την τοπική παραγωγή. Η ερώτηση 4 και 5 αφορά στην καρτέλα Κυνήγι. Η ερώτηση 6 αφορά στην καρτέλα Πουλερικά. Εδώ μπορεί να συνδυαστεί και η καρτέλα Τυρί, τυράκι. Η ερώτηση 6 αφορά στην καρτέλα Ψωμί. Εδώ ο/η εκπαιδευτικός, αφού διαβάσει το κείμενο πίσω από

	<p>την καρτέλα, θα ζητήσει από τους μαθητές/-τριες να αναγνωρίσουν τα δημητριακά που βρίσκονται στα βαζάκια της ενότητας. Μετά, με τη βοήθεια της καρτέλας Σφραγίδα, θα αφήσει τους/τις μαθητές/-τριες να περιεργαστούν το αντίγραφο της πήλινης σφραγίδας άρτου. Η ερώτηση 7 αφορά στην καρτέλα Ψάρια. Η ερώτηση 8 αφορά στην καρτέλα Σάλτσες. Εδώ μπορεί να συνδυαστεί και η καρτέλα Χαβιάρι. Η ερώτηση 9 αφορά στην καρτέλα Αγορά. Αφού ο/η εκπαιδευτικός διαβάσει τις πληροφορίες, που βρίσκονται πίσω από την καρτέλα, θα ζητήσει από τους/τις μαθητές/-τριες να αναγνωρίσουν μέσω της όσφρησης, τα μπαχαρικά που περιλαμβάνονται στην ενότητα. Αυτό μπορεί να γίνει δίνοντας σε κάθε ομάδα ισάριθμα βαζάκια. Η ερώτηση 10 αφορά στην καρτέλα Κρασί. Η ερώτηση 11 αφορά στην καρτέλα Σούπες και όσπρια. Αυτή η καρτέλα μπορεί να συνδυαστεί με την καρτέλα Μοναστική τράπεζα. Εδώ ο/η εκπαιδευτικός, αφού διαβάσει το κείμενο πίσω από τις καρτέλες, θα ζητήσει από τους/τις μαθητές/-τριες να αναγνωρίσουν κάποια από τα όσπρια της βυζαντινής Ηπείρου, που βρίσκονται στα βαζάκια της ενότητας. Τέλος, η ερώτηση 12 αφορά στην καρτέλα Ελιές και λάδι. Αφού ο/η εκπαιδευτικός διαβάσει την περιγραφή, που βρίσκεται πίσω από την καρτέλα, θα ολοκληρώσει την παρουσίαση της βυζαντινής διατροφής με την καρτέλα Αποθήκευση και συντήρηση τροφής.</p>
<p><b>Τίτλος εργαστηρίου:</b> «Βυζαντινές λιχουδιές 2» (1 διδακτική ώρα)</p> 	<p><b>Δραστηριότητα 1 «Φτιάξε τη δική σου σφραγίδα»</b> Με βάση το αντίγραφο της σφραγίδας (μέγεθος και υλικό) της ενότητας, οι μαθητές/-τριες καλούνται να κατασκευάσουν στην αίθουσα τις δικές τους σφραγίδες από πηλό, χαράζοντας τη δική τους επιγραφή.</p> <p>Εναλλακτικά μπορεί να γίνει η <b>Δραστηριότητα 2 «Twister βυζαντινών λιχουδιών»</b></p> <p><b>Δραστηριότητα 2 «Twister βυζαντινών λιχουδιών»</b> Το παιχνίδι περιλαμβάνει ένα επιδαπέδιο μουσαμά με κύκλους, εντός των οποίων απεικονίζονται τρόφιμα και ένα και ένα ρολόι με δείκτη, τον οποίο ο/η παίκτης/-τρια μπορεί να περιστρέφει. Παίζεται με δυο (2) ή περισσότερους παίκτες/-τριες. Ο μουσαμάς με τους κύκλους στρώνεται στο έδαφος. Οι παίκτες/-τριες βγάζουν τα παπούτσια τους. Ένα άτομο ορίζεται ως διαιτητής, για να δίνει τις οδηγίες και να επιτηρεί τους παίκτες. Ο/Η διαιτητής γυρίζει τον δείκτη στο ρολόι και ανάλογα με τι τυχαίνει, δίνει τις οδηγίες π.χ. «το δεξί πόδι, σύκο». Τότε κάθε παίκτης/-τρια πρέπει να βρει τον κοντινότερο κύκλο, για να τοποθετήσει το δεξί πόδι. Όποιος/-α ακουμπήσει έξω από τον κύκλο ή πέσει, χάνει. Κερδίζει αυτός/-ή που θα μείνει τελευταίος/-α.</p>
<p><b>Τίτλος εργαστηρίου:</b> «Στον σοφρά τ' Αλή Πασά 1» (1 διδακτική ώρα)</p> 	<p><b>Δραστηριότητα 1 «Περιηγητής στα Ιωάννινα του Αλή Πασά»</b> Με τη βοήθεια του Ημερολογίου του Περιηγητή και του χάρτη των οθωμανικών Ιωαννίνων, οι μαθητές/-τριες θα γνωρίσουν τα Ιωάννινα κατά την εποχή του Αλή πασά. Για κάθε σελίδα επιλέγεται ένας διαφορετικός αναγνώστης από κάθε ομάδα, ώστε να ξεφυλλίσει το ημερολόγιο σιγά σιγά όλη η τάξη. Ο/Η εκπαιδευτικός αρχίζει την ανάγνωση του Ημερολογίου του Περιηγητή από τη σελίδα 3 και μοιράζει στους/στις μαθητές/-τριες τις τρεις (3) καρτέλες με τα Αρχοντικά (Μίσιου, Λεβή, «Δεσπότη»). Οι οικίες αντιστοιχούν στις τρεις (3) θρησκευτικές κοινότητες των Ιωαννίνων. Τα συνοδευτικά τους</p>

	<p>κείμενα προσφέρουν πληροφορίες για τα γεύματα και τα σπίτια των Εβραίων, Χριστιανών και Μουσουλμάνων. Η καρτέλα Αρχοντικό Μίσιου μπορεί να συνδυαστεί με την καρτέλα Τάσι, για να κατανοήσουν οι μαθητές/-τριες σε τι αναφέρεται η πηγή για το πρωινό γεύμα των Χριστιανών, καθώς και με την καρτέλα Κελάρι για την αποθήκευση τροφής. Στη συνέχεια, οι ομάδες καλούνται μετά την ανάγνωση κάθε καρτέλας να τοποθετήσουν τα αρχοντικά στον χάρτη, και συγχρόνως να εντοπίσουν το Κάστρο, την τάφρο γύρω από αυτό και το παλιό Σεράι του Αλή πασά εντός του Κάστρου. Μετά την ανάγνωση των σελίδων 4-5 του Ημερολογίου του Περιηγητή, οι μαθητές/-τριες λαμβάνουν τις δύο καρτέλες, Μαγειρείο του Αλή και Τα άλλα οθωμανικά μαγειρεία, στις οποίες εξηγείται ότι ένα οθωμανικό, θρησκευτικό συγκρότημα αποτελείται από το τζαμί με το μινaré του, τον μεντρεσέ (ιεροδιδασκαλείο) και το μαγειρείο για τη σίτιση των πιστών. Μετά την ολοκλήρωση της ανάγνωσης, οι μαθητές/-τριες καλούνται να τοποθετήσουν τις καρτέλες στον χάρτη και συγχρόνως να εντοπίσουν τα τζαμιά που σώζονται έως και σήμερα. Στη συνέχεια, κατά την ανάγνωση των υπόλοιπων σελίδων (6-15) του Ημερολογίου του Περιηγητή, οι μαθητές/-τριες καλούνται να εντοπίσουν τις περιοχές που αναφέρονται στο κείμενο, όπως το Παζάρι, το Κουρμανιό, το Κριθαροπάζαρο και το Αλογοπάζαρο.</p> <p><b>Δραστηριότητα 2 «Στον γιαννιώτικο καφενέ»</b></p> <p>Οι μαθητές/-τριες καλούνται να φέρουν από το σπίτι ένα φλιτζανάκι του καφέ, από την προηγούμενη μέρα. Η δραστηριότητα αρχίζει με την καρτέλα Καφενές και συνδυάζεται με την Αφίσα με τιμοκατάλογο καφενείου, για να σκεφτούν οι μαθητές/-τριες τι μπορεί να πιεί και φάει κανείς/καμία σε ένα καφενείο ακόμη και σήμερα. Με τη βοήθεια των πληροφοριών από την καρτέλα Ζάρφια και καφέδες, οι μαθητές/-τριες μπορούν να περιεργαστούν τα δύο (2) ζάρφια της ενότητας και να παρατηρήσουν τις διαφορές με τα φλιτζανάκια, που έφεραν από το σπίτι. Στη συνέχεια, τους μοιράζονται τέσσερα (4) βαζάκια με τους καφέδες (σκούρος, ξανθός, κριθαροκαφές, ρεβυθοκαφές), για να τους μυρίσουν.</p>
<p><b>Τίτλος εργαστηρίου:</b>  <b>«Στον σοφρά τ' Αλή Πασά 2»</b>  <b>(1 διδακτική ώρα)</b></p> 	<p><b>Δραστηριότητα 1 «Στρώστε τον σοφρά!»</b></p> <p>Ο/Η εκπαιδευτικός ξεδιπλώνει το σινί (ταμπλό στρογγυλό) της ενότητας από την πλευρά που είναι το κείμενο με τίτλο Στρώστε τον «σοφρά»! και αρχίζει με την ανάγνωση της πρώτης παραγράφου σχετικά με την τελετουργία. Με την καρτέλα Κουτάλια ο/η εκπαιδευτικός δείχνει τα οθωμανικά κουτάλια που χρησιμοποιούνταν για τα πιλάφια και τις σούπες. Στη συνέχεια, με τη βοήθεια του μπρικολέγενου και της λεκάνης της ενότητας καθώς και μιας μακριάς πετσέτας, που μπορεί ο/η ίδιος/-α να φέρει στην τάξη, ζητά από τους/τις μαθητές/-τριες να αναπαραστήσουν το τελετουργικό του πλυσίματος των χεριών, πριν το γεύμα στον «σοφρά». Για την ολοκληρωμένη εμπειρία αυτής της αναπαράστασης, μπορεί ο/η εκπαιδευτικός να φέρει προαιρετικά στην τάξη ροδόνερο, για να δώσει τη δυνατότητα στους/στις μαθητές/-τριες να το μυρίσουν και να αναρωτηθούν τι τους θυμίζει. Αφού πραγματοποιηθεί η ανάγνωση και της δεύτερης παραγράφου από το σινί, ο/η εκπαιδευτικός δείχνει με την καρτέλα Κουτσαρέρα το σκεύος σερβίσιματος των γλυκών του κουταλιού. Στη συνέχεια, οι μαθητές/-τριες λαμβάνουν τις τρεις καρτέλες Διατροφή Χαλάλ/Χαράμ, Διατροφή Κοσέρ/Κασέρ, Διατροφή Νηστείας, που</p>

	<p>αναλύουν τις διατροφικές συνήθειες κάθε θρησκευτικής ομάδας. Κάθε ομάδα καλείται να στήσει τις καρτέλες με τα πιάτα των Χριστιανών, Μουσουλμάνων και Εβραίων πάνω στην άλλη πλευρά του σινιού, σύμφωνα με τις παρακάτω οδηγίες:</p> <p>Από τα απλωμένα στη σειρά πιάτα με τα κυρίως γεύματα, τα ορεκτικά και τα επιδόρπια, οι μαθητές/-τριες καλούνται να εντοπίσουν τα εξής πιάτα:</p> <p>Ομάδα Εβραίων: Σφουγγάτο (ομελέτα) μελιτζάνας (ορεκτικό), hamin (μοσχάρι με πλιγούρι) (κυρίως), λουκουμάδες γάλακτος (επιδόρπιο).</p> <p>Ομάδα Μουσουλμάνων: Αγγουράκι τουρσί (ορεκτικό), γεμιστά μήλα με κρέας (κυρίως), μαλεμπί με βύσσινα (επιδόρπιο).</p> <p>Ομάδα Χριστιανών: Καραβίδες με σκορδαλιά από καρύδια (ορεκτικό), κατσικάκι με κολοκυθάκια (κυρίως), κανταΐφι με καρύδια (επιδόρπιο).</p> <p>Συγχρόνως γίνεται περιγραφή των περισσότερων φαγητών και τονίζεται από τον/την εκπαιδευτικό ότι τα περισσότερα από αυτά τα φαγητά τα έτρωγαν και οι τρεις θρησκευτικές κοινότητες, αλλά η κάθε μία είχε τον δικό της τρόπο μαγειρέματος. Εξαίρεση αποτελεί μόνο το πιάτο με τις καραβίδες, γιατί τα θαλασσινά απαγορεύονται στη διατροφή των Εβραίων, σύμφωνα με τους κανόνες του θρησκευτικού τους βιβλίου, της Τορά. Με τη βοήθεια της καρτέλας Στον «σοφρά» του Αλή, οι μαθητές/-τριες πληροφορούνται τις διατροφικές συνήθειες του Αλή πασά και καλούνται να συζητήσουν τα σημεία που τους κάνουν εντύπωση. Τέλος, για την κατανόηση της σημασίας των μπαχαρικών και μυρωδικών στα φαγητά της οθωμανικής περιόδου, οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε δύο (2) ομάδες και μοιράζονται τα οχτώ (8) αριθμημένα βαζάκια της ενότητας, για να αναγνωρίσουν το περιεχόμενό τους μέσω της όσφρησης. Οι δύο (2) ομάδες μπορούν να καταγράψουν σε ένα χαρτί τα μπαχαρικά/μυρωδικά που θα βρουν και στη συνέχεια να παρουσιάσουν τα αποτελέσματα της εργασίας τους στην άλλη ομάδα, ώστε με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, να μάθουν ποια ομάδα βρήκε τα περισσότερα!</p> <p><b>Εναλλακτικά μπορεί γίνει η Δραστηριότητα 2 «Αλή Ταμπού».</b></p> <p><b>Δραστηριότητα 2 «Αλή Ταμπού»</b></p> <p>Για το τελευταίο παιχνίδι, οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε δύο (2) ομάδες και μοιράζονται τις δώδεκα (12) κάρτες. Στόχος του παιχνιδιού είναι να περιγράψουν τη λέξη που αναγράφεται στο πάνω μέρος της κάρτας, χωρίς να αναφερθούν στις τέσσερις (4) λέξεις που υπάρχουν από κάτω ή σε παράγωγά τους. Πρέπει να προσπαθήσουν να περιγράψουν τη λέξη στην ομάδα τους με αναφορές σε όσα έμαθαν κατά τη διάρκεια της δράσης. Κάθε γύρος θα διαρκεί ένα λεπτό και θα χρονομετρείται από τον/την εκπαιδευτικό. Για κάθε κάρτα που θα βρίσκει η κάθε ομάδα, θα κερδίζει έναν (1) πόντο, ενώ για κάθε κάρτα με το σύμβολο 1+ θα κερδίζει δύο (2) πόντους. Η ομάδα, που στο τέλος του παιχνιδιού θα έχει συγκεντρώσει τους περισσότερους πόντους, θα είναι η νικήτρια!</p>
--	--

### Περιγραφή βασικού θεωρητικού πλαισίου υποστήριξης του προγράμματος (έως 300 λέξεις)

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα στηρίζεται στις αρχές της ομαδοσυνεργατικής διδασκαλίας και της βιωματικής μάθησης και πλαισιώνεται θεωρητικά από τις νέες παιδαγωγικές προσεγγίσεις. Συγκεκριμένα, βασίζεται



στη θεωρία της πολλαπλής νοημοσύνης του Gardner, η οποία προσπαθεί να λάβει υπόψη τις ατομικές ιδιαιτερότητες κάθε παιδιού, προτείνοντας διαφορετικούς τρόπους προσέγγισης των μουσειακών εκθεμάτων σε μορφή αντιγράφων.

Επιπλέον, το πρόγραμμα στηρίχθηκε στη Θεωρία της Πολλαπλής Νοημοσύνης, η οποία στρέφει την προσοχή της στον/στην επισκέπτη/-τρια/μαθητή/-τρια και όχι τόσο στην παρεχόμενη πληροφορία και προτείνει πώς υπάρχουν τουλάχιστον οκτώ (8), διαφορετικοί τύποι νοημοσύνης που λειτουργούν συνδυαστικά και σε διαφορετικό βαθμό για τον κάθε άνθρωπο. Για την επίτευξη ενός επιτυχημένου μουσειοπαιδαγωγικού προγράμματος, οι μουσειοπαιδαγωγοί θα πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τους την παραπάνω θεωρία και να επιδιώκουν τον σχεδιασμό προγραμμάτων, τα οποία θα απευθύνονται σε όσο το δυνατόν περισσότερες από τις παραπάνω νοημοσύνες.

Τέλος, το πρόγραμμα βασίστηκε στην κονστρουκτιβιστική προσέγγιση της μουσειακής μάθησης, η οποία, στηριζόμενη στις θεωρίες του Dewey, του Vigotsky και του Gardner αντιμετωπίζει τη μάθηση ως μια διαδικασία κατά την οποία «το άτομο έχει μια ενεργητική στάση στην επιλογή, οργάνωση και ερμηνεία των εμπειριών και δόμηση των νοημάτων, η οποία εξαρτάται από τις προϋπάρχουσες γνώσεις και αξίες από ιστορικές, κοινωνικές και πολιτιστικές παραμέτρους». Αναλυτικότερα, σύμφωνα με τον κονστρουκτιβισμό, η γνώση οικοδομείται από τον μαθητή και απαιτείται η ενεργός συμμετοχή του, η οποία οδηγεί στην αναδιαμόρφωση των υπαρχόντων γνώσεων και στην οικοδόμηση της νέας γνώσης. Για αυτό τον λόγο ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα θα πρέπει να προσφέρει όλα εκείνα τα μέσα που θα καθιστούν τους συμμετέχοντες ικανούς να έρθουν σε επαφή με τα εκθέματα, να τα αγγίζουν (hands on), να προβληματιστούν σε σχέση με αυτά (minds on), να εξάγουν συμπεράσματα για τον κόσμο, να πειραματιστούν, να κατανοήσουν και να καταφέρουν να οδηγηθούν σε συμπεράσματα με βάση τα όσα παρακολούθησαν.

### **Προβασιμότητα**

Για τα παιδιά ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών ή/και με αναπηρία προτείνεται το εργαστήριο «Στα μαγειρεία των Απειρωτών» στο οποίο προβλέπεται διαφοροποιημένη προσέγγισή με μείωση στη διάρκειά του, απλοποίηση στο εκπαιδευτικό περιεχόμενο και στις δραστηριότητες (π.χ. ζωγραφική αρχαίων μαγειρικών σκευών και διακόσμηση με όσπρια της αρχαίας Ηπείρου). Επιπλέον, για τα παιδιά με προβλήματα όρασης/τύφλωσης προβλέπεται η χρήση του απτικού εκπαιδευτικού υλικού της κάθε ενότητας (αντίγραφα, απτική και οσφρητική αναγνώριση οσπρίων, δημητριακών, μπαχαρικών, καφέδων), καθώς και ένα συνοπτικό εκπαιδευτικό έντυπο σε γραφή Braille με θέμα τις διατροφικές συνήθειες σε κάθε εποχή, το οποίο βρίσκεται υπό σχεδιασμό.

### **Δυνατότητα επέκτασης**

Οι εξωσχολικές δράσεις που προτείνονται σε κάθε ενότητα, μπορούν να επεκτείνουν το μαθησιακό εύρος του προγράμματος σε τοπικό επίπεδο (επίσκεψη στα μουσεία και τα μνημεία της πόλης, συνέργειες με την τοπική κοινότητα ή τον οικογενειακό κύκλο των παιδιών).

## **Αξιολόγηση**

Η αξιολόγηση του προγράμματος θα γίνεται μέσα από δύο (2) ξεχωριστά φύλλα αξιολογήσεων σε μορφή ερωτηματολογίου, τα οποία θα απευθύνονται στον/την εκπαιδευτικό και στους μαθητές/-τριες. Αυτά θα περιλαμβάνονται στη δανειστική μουσειοσκευή του προγράμματος, αλλά θα είναι και διαθέσιμα σε ψηφιακή μορφή με τη βοήθεια ενός QR code.

---

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ (φύλλα εργασίας)

---

### Φύλλο εργασίας της Παλαιολιθικής ενότητας

Με βάση τα παρακάτω παραδείγματα διατροφικών πόρων που έχουν εντοπιστεί σε παλαιολιθικές θέσεις ευρύτερα, μπορείτε να αναζητήσετε κάποια από αυτά ή να βρείτε αντίστοιχα εξημερωμένα ή παράγωγά τους στις σημερινές αγορές/σούπερ μάρκετ:

#### A. ΚΥΝΗΓΟΙ

**Προσοχή:** Στην παλαιολιθική εποχή δεν υπήρχαν εξημερωμένα ζώα! Για τις ανάγκες της συγκεκριμένης δράσης χρησιμοποιούμε κατά περίπτωση διαθέσιμα εξημερωμένα ζώα ή άλλους πόρους.

##### Κατηγορίες

Κρέατα

(π.χ. μοσχάρι, γουρούνι-αγριογούρουνο, ελάφι, λαγός, κουνέλι)

Πουλερικά

(π.χ. πάπια, ορτύκια, κοτόπουλο)

Ψάρια

(π.χ. πέστροφα, κυπρίνος, τόνος)

#### B. ΤΡΟΦΟΣΥΛΛΕΚΤΕΣ

**Προσοχή:** Στην παλαιολιθική εποχή δεν υπήρχαν εξημερωμένα φυτά!

##### Κατηγορίες

Άγρια χόρτα

Διάφορα δημητριακά

Καρποί-Φρούτα

(π.χ. καρύδι, αμύγδαλο, κουκουνάρι, φουντούκι, μούρα, βελανίδι, κορόμηλα, κρίνα)

Βότανα

(π.χ. φλαμουριά)

Όσπρια

(π.χ. φακή)

Όστρακα

(π.χ. μύδια)

### Φύλλο εργασίας της ενότητας της Αρχαιότητας

- **«Φτιάξτε το δικό σας Τσελεμεντέ»:** Ως σύγχρονοι ερευνητές/-τριες γαστρονομίας, οι μαθητές/-τριες θα αναλάβουν την αποστολή να εντοπίσουν σύγχρονες, τοπικές συνταγές, φτιαγμένες με υλικά αντίστοιχα με αυτά που ήταν διαθέσιμα στην αρχαία και ρωμαϊκή Ήπειρο ή τουλάχιστον, με τα σύγχρονα παράγωγά τους. Με τη βοήθεια ατόμων της οικογένειάς τους, σε συνδυασμό με βιβλία μαγειρικής και συνταγών από το διαδίκτυο, οι μαθητές/-τριες καλούνται να συλλέξουν συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα της πόλης ή του χωριού τους. Στη συνέχεια, αφού τις συγκεντρώσουν μαζί με τους/τις συμμαθητές/-τριες τους, καλούνται να επιμεληθούν ένα σύγχρονο Τσελεμεντέ, δηλαδή ένα βιβλίο με συνταγές μαγειρικής ή και ζαχαροπλαστικής και με εξώφυλλο, το οποίο θα δημιουργήσουν οι ίδιοι/-ες. Το τελικό αποτέλεσμα, μπορεί να παρουσιαστεί σε ένα άλλο τμήμα ή τάξη για να ανακαλύψουν οι μαθητές/-τριες τη διατροφική ποικιλία της Ηπείρου.

### Φύλλο εργασίας της Βυζαντινής ενότητας

- **«Φτιάξτε τον δικό σας Τσελεμεντέ»:** Ως σύγχρονοι ερευνητές/-τριες γαστρονομίας, οι μαθητές/-τριες θα αναλάβουν την αποστολή να εντοπίσουν σύγχρονες, τοπικές συνταγές, φτιαγμένες με υλικά αντίστοιχα με αυτά που ήταν διαθέσιμα στη βυζαντινή Ήπειρο ή τουλάχιστον με τα σύγχρονα παράγωγά τους. Με τη βοήθεια ατόμων της οικογένειάς τους, σε συνδυασμό με βιβλία μαγειρικής και συνταγών από το διαδίκτυο, οι μαθητές/-τριες καλούνται να συλλέξουν συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα της πόλης ή του χωριού τους. Στη συνέχεια, αφού τις συγκεντρώσουν μαζί με τους/τις συμμαθητές/-τριές τους, καλούνται να επιμεληθούν έναν σύγχρονο Τσελεμεντέ, δηλαδή ένα βιβλίο με συνταγές μαγειρικής ή και ζαχαροπλαστικής και με εξώφυλλο, το οποίο θα δημιουργήσουν οι ίδιοι/-ες. Το τελικό αποτέλεσμα, μπορεί να παρουσιαστεί σε ένα άλλο τμήμα ή τάξη για να ανακαλύψουν οι μαθητές/-τριες τη διατροφική ποικιλία της Ηπείρου.
- Στο πλαίσιο του μαθήματος των Θρησκευτικών, οι μαθητές/-τριες καλούνται να χωριστούν σε μικρές ομάδες και να επισκεφθούν εκτός μαθήματος μία εκκλησία της περιοχής τους με σκοπό να βρουν τοιχογραφίες ή και εικόνες, που απεικονίζουν θέματα σχετικά με τη διατροφή. Προτείνεται να φωτογραφίσουν ότι εντοπίσουν και στη συνέχεια να βρουν στοιχεία για το θέμα που απεικονίζεται κάθε φορά, καθώς και για το ίδιο το μνημείο. Το αποτέλεσμα της εργασίας θα παρουσιαστεί στο πλαίσιο του μαθήματος και θα γίνει προσπάθεια να εντοπιστούν ομοιότητες και διαφορές με τις παρουσιάσεις άλλων ομάδων. Η συζήτηση θα γίνει στην τάξη με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού.
- Προτείνεται οι μαθητές/-τριες να επισκεφθούν το πλησιέστερο βυζαντινό μουσείο της περιοχής τους και να εντοπίσουν σκεύη και θέματα εικόνων σχετικά με τη βυζαντινή διατροφή. Εναλλακτικά, θα μπορούσαν να επισκεφθούν ένα βυζαντινό μοναστήρι της περιοχής τους και να συζητήσουν με τους/τις μοναχούς/-ές για τις μοναστικές τράπεζες και το φαγητό τους.

### Φύλλο εργασίας της Οθωμανικής ενότητας

- **«Στρώστε τον σοφρά σας»:** Οι μαθητές/-τριες της Στ' Δημοτικού σε συνεργασία με τους μαθητές/-τριες μιας άλλης τάξης του σχολείου τους ή με ένα τμήμα ένταξης, καλούνται να παρουσιάσουν ο/η ένας/μία στον/στην άλλο/-η, την τοπική κουζίνα της περιοχής και να βρουν διαφορές και ομοιότητες. Στη συνέχεια, καλούνται να οργανώσουν ένα κοινό γεύμα φιλοξενίας γύρω από αυτοσχέδιους «σοφράδες» στον χώρο του σχολείου, στο οποίο ο/η καθένας/-μία θα φέρει από ένα φαγητό μαγειρεμένο με τη βοήθεια κάποιου ενήλικα.

- **«Vlog στα Γιάννενα του Αλή πασά»:** Αφού πήραν μία γεύση από το παζάρι των Ιωαννίνων κατά την οθωμανική περίοδο, οι μαθητές/τριες του Γυμνασίου χωρίζονται σε ομάδες των δύο-τριών (2-3) ατόμων για τη δημιουργία ενός Vlog\*. Το θέμα του Vlog θα αφορά ένα από τα σωζόμενα οθωμανικά κτήρια ή μνημεία της πόλης, που μπορεί να έχουν άλλη χρήση σήμερα ή απλώς να είναι διατηρητέα. Οι μαθητές/-τριες καλούνται να κάνουν πρώτα μία ιστορική έρευνα και στη συνέχεια να μιλήσουν με τους κατοίκους της πόλης για τα μνημεία και τα ιστορικά κτήρια της περιοχής τους.

\*Τα Vlog συνδυάζουν βίντεο με υποστηρικτικό κείμενο, φωτογραφίες και άλλα μεταδεδομένα και μπορούν να γίνουν σε μία λήψη ή σε πολλαπλά κομμάτια.