**Δομή Προγράμματος Καλλιέργειας Δεξιοτήτων**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | **Εργαστήριο** | **Περιγραφή δραστηριοτήτων** | | **ΚΡΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ**  **& ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**  (Ενότητα 8) | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Να δίνουν παραδείγματα που συνάδουν με τις αρχές της ομαδικότητας, συνεργασίας και συντροφικότητας στις διαδικασίες που απαιτούνται από την παραγωγή της τροφής μέχρι και την κατανάλωσή της.  - Να ελέγξουν (διερωτηθούν) κατά πόσο οι ανθρώπινες σχέσεις που συνδέονται με την Κρητική Διατροφή (από την παραγωγή έως και την κατανάλωση), όπως η ομαδικότητα, η συνεργασία, η αλληλεγγύη, η συντροφικότητα, έχουν αλλάξει, ατονήσει ή χαθεί στις μέρες μας.  - Να αναγνωρίζουν την αναγκαιότητα της ομαδικότητας στην παραγωγή τροφής και τις νέες τάσεις σήμερα. | | **ΑΣ ΔΟΚΙΜΑΣΟΥΜΕ!**  (Ενότητα 9) | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Κατανόηση πως κάθε τροφή έχει τη δική της ιδιαίτερη γεύση και άρωμα.  - Να ερευνήσουν με παιγνιώδη τρόπο την ποικιλία γεύσεων και οσμών σε προϊόντα που συμμετέχουν στην Κρητική Διατροφή.  - Να κατατάξουν τις τροφές που βρίσκονται στην Πυραμίδα της Κρητικής Διατροφής σε κατηγορίες ανάλογα με τη γεύση (γλυκές, αλμυρές, πικρές, ξινές). | | **ΠΩΣ ΜΑΓΕΙΡΕΥΑΝ ΠΑΛΙΑ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ;**  (Ενότητα 10) | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Να κατανοήσουν πως παλαιότερα οι άνθρωποι χρησιμοποιούσαν σκεύη φτιαγμένα από διαφορετικά υλικά για να παρασκευάσουν και να μαγειρέψουν την τροφή τους σε σχέση με σήμερα.  - Κατάταξη των σκευών σε κατηγορίες, αυτά που χρησιμοποιούσαν για την προετοιμασία του μαγειρέματος, αυτά που χρησιμοποιούσαν για το ψήσιμο στο φούρνο, αυτά που μαγείρευαν στη φωτιά.  - Συσχέτιση των μαγειρικών σκευών που χρησιμοποιούσαν παλιά οι άνθρωποι στην Κρήτη με αυτά που χρησιμοποιούμε σήμερα. | | **ΜΑΓΕΙΡΟ-ΠΑΙΧΝΙΔΙΣΜΑΤΑ**  (Ενότητα 11) | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Να γνωρίζουν τους διαφορετικούς τρόπους παρασκευής (μαγείρεμα) της τροφής (βραστό, τηγανητό, ψητό και κατσαρόλας).  - Να γνωρίσουν τους διαφορετικούς τρόπους συντήρησης της τροφής (αποξήρανση, κάπνισμα, πάστωμα, διατήρηση στο ξύδι (τουρσί), στην άλμη, στο λάδι, στη ζάχαρη/μαρμελάδα).  - Να συσχετίσουν τα μαγειρικά σκεύη με τους τρόπους παρασκευής της τροφής. | | **ΑΠΟ ΠΟΥ ΠΡΟΜΗΘΕΥΟΜΑΙ ΤΡΟΦΙΜΑ;**  (Ενότητα 12) | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Γνωριμία με τα καταστήματα που προμηθευόμαστε τρόφιμα. | | **ΑΣ ΓΙΝΟΥΜΕ ΟΙ ΣΟΥΠΕΡ ΠΡΟΣΤΑΤΕΣ ΤΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ!**  (Ενότητα 13) | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Να αναγνωρίζουν την ανάγκη για προστασία του περιβάλλοντος.  - Να κατανοήσουν την ανάγκη για φροντίδα και διατήρηση της φύσης. | | **ΜΕΙΩΝΟΥΜΕ ΤΗ ΣΠΑΤΑΛΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ**  **(Ενότητα 14)** | Η ενότητα περιλαμβάνει δραστηριότητες οι οποίες στοχεύουν να εξοικειώσουν τους/τις μαθητές/-τριες στα παρακάτω:  - Να αναγνωρίζουν την αξία των τροφίμων και τη δαπάνη πρώτων υλών που απαιτούνται για την παραγωγή τους.  - Να ανακαλύψουν τρόπους μείωσης των τροφίμων που περισσεύουν.  - Να γνωρίζουν ότι τα υπολείμματα τροφών μπορούν να γίνουν τροφή για οικόσιτα ζώα ή να κομποστοποιηθούν και όχι να καταλήξουν στα σκουπίδια. | |

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

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα “Τρώγω Κρητικά, Ζω Υγιεινά” βασίζεται σε σύγχρονες παιδαγωγικές αρχές και μαθησιακές προσεγγίσεις όπως είναι η βιωματική, η διαγενεακή, η διαθεματική μάθηση και η συμμετοχική έρευνα. Η βιωματική μάθηση επιτυγχάνεται με τη συμμετοχή των μαθητών-τριών σε βιωματικές δραστηριότητες όπως είναι η δραματοποίηση, παιχνίδια ρόλων, κ.α. Η διαγενεακή μάθηση επιτυγχάνεται μέσα από την επαφή και αλληλεπίδραση των μαθητών/-τριών με ανθρώπους που αξιοποίησαν τις δυνατότητες που προσέφερε ο τόπος τους για την εξασφάλιση της τροφής τους σε προηγούμενες δεκαετίες, αλλά και ο πολιτισμός που ανέπτυξαν γύρω από την διατροφή. Η διαθεματική μάθηση επιτυγχάνεται μέσα από την αξιοποίηση όλων των γνωστικών αντικειμένων και μαθημάτων του αναλυτικού προγράμματος. Ενδεικτικά: Στο μάθημα της Γλώσσας, οι μαθητές/-τριες μπορούν να ασχοληθούν με την έρευνα και καταγραφή όλων των λέξεων που σχετίζονται με την Διατροφή από την αρχαιότητα ως σήμερα. Στα Μαθηματικά μπορούν να ασχοληθούν με θέματα μέτρησης αναλογιών των υλικών για την παρασκευή φαγητών. Στο μάθημα της Γεωγραφίας μπορούν να μελετήσουν τις γεωγραφικές διασυνδέσεις της διατροφής στην Κρήτη. Στο μάθημα των Εικαστικών μπορούν να ασχοληθούν με την κατασκευή πήλινων αγγείων που σχετίζονται με την παρασκευή, την προσφορά και την αποθήκευση της τροφής από την Μινωική Εποχή, κ.ο.κ.

Για την συμμετοχική έρευνα των μαθητών/-τριών κάποια από τα επιμέρους θέματα μπορούν να αποτελέσουν πεδία έρευνας, όπως: α) Οι ρίζες της Κρητικής Διατροφής, β) οι πρώτες ύλες της Κρητικής Διατροφής από την αρχαιότητα έως σήμερα, γ) η επεξεργασία των πρώτων υλών – τεχνικές – εργαλεία, κ.α..

Το Πρόγραμμα συνάδει με τα Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών και συμβάλλει στον εμπλουτισμό και στην εξέλιξη των διδακτικών στόχων, ειδικότερα στην περιοχή των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων μέσα από τη Βιωματική Μάθηση και την αναζήτηση σταθερών σημείων αναφοράς (πολιτιστική κληρονομιά, παραδοσιακές αξίες, τοπική κουλτούρα, κ.α.) σε έναν κόσμο που αλλάζει ραγδαία. Αυτή η αναζήτηση μπορεί να δώσει περιεχόμενο στη μάθηση και να έχει νόημα για τους/τις μαθητές/-τριες. Έτσι, η εκπαιδευτική διαδικασία έχει τον προσανατολισμό εκείνο που θα μετατρέψει το σχολείο σε έναν χώρο χαράς και δημιουργίας και θα κάνει τους μαθητές να είναι ευτυχισμένοι στην πορεία της ζωή τους.

Βασικοί πυλώνες αυθεντικής και βιωματικής μάθησης είναι η πολιτιστική κληρονομιά και η διαγενεακή επικοινωνία με έμφαση στην αειφορία, οι οποίοι αποτελούν και τον πυρήνα του εκπαιδευτικού προγράμματος “Τρώγω Κρητικά, Ζω Υγιεινά”.

**Προσβασιμότητα**

Το Εργαστήριο Δεξιοτήτων “Τρώγω Κρητικά, Ζω Υγιεινά” έχει σχεδιαστεί με γνώμονα το σεβασμό στη διαφορετικότητα και την συμπερίληψη όλων των μαθητών/τριών στην εκπαιδευτική διαδικασία. Πληροί όλους τους κανόνες προσβασιμότητας στην αναπηρία και τους ισχύοντες κανόνες ασφαλείας και υγιεινής. Στο πρόγραμμα μπορούν να συμμετέχουν μαθητές/-τριες με αναπηρία αφού έχει υπάρξει σχετική μέριμνα για την συμπερίληψη των μαθητών/-τριών αυτών.

**Δυνατότητα επέκτασης**

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα “Τρώγω Κρητικά, Ζω Υγιεινά” περιλαμβάνει εκτυπώσιμο εκπαιδευτικό υλικό, το οποίο δύναται να χρησιμοποιηθεί και στις επόμενες τάξεις του Δημοτικού, στο πλαίσιο αντίστοιχων θεματικών, είτε στους/στις μαθητές/-τριες που ήδη υλοποίησαν το πρόγραμμα το προηγούμενο έτος με σκοπό την υπενθύμιση σημαντικής γνώσης και την εμβάθυνση αυτής γύρω από την τοπική διατροφική κληρονομιά της Κρήτης, της προστασίας του περιβάλλοντος και της μείωσης της σπατάλης τροφίμων, είτε σε μαθητές/-τριες των επόμενων τάξεων επιδιώκοντας ην καλλιέργεια αντίστοιχων στάσεων και δεξιοτήτων.

**Αξιολόγηση**

Για τις ανάγκες αξιολόγησης του συγκεκριμένου Εργαστηρίου Δεξιοτήτων έχουν δημιουργηθεί δύο ερωτηματολόγια. Το πρώτο απευθύνεται στους Εκπαιδευτικούς που καλούνται να υλοποιήσουν το εργαστήριο εντός της σχολικής τάξης και το δεύτερο απευθύνεται στους γονείς των μαθητών/-τριών που συμμετέχουν στην υλοποίηση του.

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

***(φύλλα εργασίας)***

ΕΝΟΤΗΤΑ 1 (8). Το οικογενειακό τραπέζι

ΕΝΟΤΗΤΑ 2 (9). Ανακαλύπτω τις γεύσεις

ΕΝΟΤΗΤΑ 3 (10). Σταυρόλεξο για τα σκεύη μαγειρικής

ΕΝΟΤΗΤΑ 4 (11). Τρόποι συντήρησης τροφής

ΕΝΟΤΗΤΑ 5 (12). Τί τρόφιμα μπορώ να βρω μέσα σε...

ΕΝΟΤΗΤΑ 6 (13). Ζωγραφίζω τα τρόφιμα της Κρητικής Διατροφής

ΕΝΟΤΗΤΑ 7 (14). α) Ζωγραφίζω ένα μεταποιημένο γεύμα & β) Σταυρόλεξο