



Π.3.2.5 Πιλοτική εφαρμογή και αξιολόγηση αντιπροσωπευτικού αριθμού σεναρίων από κάθε τύπο σε διαφοροποιημένες εκπαιδευτικές συνθήκες πραγματικής τάξης

Νεοελληνική Γλώσσα

Γ΄ Δημοτικού

Τίτλος:

«Το πιάτο μου»

Συγγραφή: ΞΑΝΘΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ

Εφαρμογή: ΚΙΟΥΣΗ ΕΛΕΝΗ



**ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ**

Θεσσαλονίκη 2015



ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΕΡΓΟΥ

ΠΡΑΞΗ: «Δημιουργία πρωτότυπης μεθοδολογίας εκπαιδευτικών σεναρίων βασισμένων σε ΤΠΕ και δημιουργία εκπαιδευτικών σεναρίων για τα μαθήματα της Ελληνικής Γλώσσας στην Α/βάθμια και Β/βάθμια εκπαίδευση» MIS 296579 (κωδ. 5.175), - ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ ΠΡΑΞΗ, στους άξονες προτεραιότητας 1-2-3 του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση», η οποία συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και εθνικούς πόρους.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: Ι. Ν. ΚΑΖΑΖΗΣ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΒΑΣΙΛΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ

ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ: Π.3.2.5. Πιλοτική εφαρμογή και αξιολόγηση αντιπροσωπευτικού αριθμού σεναρίων από κάθε τύπο σε διαφοροποιημένες εκπαιδευτικές συνθήκες πραγματικής τάξης.

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΑΡΑΔΟΤΕΟΥ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΣΟΓΙΑΝΝΗΣ

Υπεύθυνοι υπο-ομάδας εργασίας γλώσσας πρωτοβάθμιας:

Κώστας Ντίνας & Σωφρόνης Χατζησαββίδης

ΦΟΡΕΑΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ: ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ

<http://www.greeklanguage.gr>

Καραμασούνα 1 – Πλατεία Σκρα Τ.Κ. 55 132 Καλαμαριά, Θεσσαλονίκη

Τηλ.: 2310 459101, Φαξ: 2310 459107, e-mail: centre@komvos.edu.gr



Α. ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ

Τίτλος

Το πιάτο μου

Εφαρμογή σεναρίου

Ελένη Κιούση

Δημιουργία σεναρίου

Αναστάσιος Ξανθόπουλος

Διδακτικό αντικείμενο

Νεοελληνική Γλώσσα

Τάξη

Γ΄ Δημοτικού

Σχολική μονάδα

Δημοτικό Σχολείο Ελεώνα- Θήβας

Χρονολογία

Από 02/02/2015 έως 31/03/2015

Διδακτική/θεματική ενότητα

Βιβλίο της *Γλώσσας* της Γ΄ Τάξης, θεματική ενότητα «Του κόσμου το ψωμί» ΒΜ3 (σσ. 28-48) αντίστοιχα.

Διαθεματικό

Ναι

Εμπλεκόμενα γνωστικά αντικείμενα

I. Φιλολογικής ζώνης

Νεοελληνική Γλώσσα

II. Άλλα γνωστικά αντικείμενα



Πληροφορική

Χρονική διάρκεια

Για την εφαρμογή του σεναρίου απαιτήθηκαν 23 διδακτικές ώρες.

Χώρος

I. Φυσικός χώρος

Εντός σχολείου: αίθουσα διδασκαλίας, εργαστήριο πληροφορικής.

II. Εικονικός χώρος

Bubbl.us, ιστολόγιο του σχολείου (προερατικά), youtube, διαδικτυακές σελίδες, μηχανές αναζήτησης, ηλεκτρονικά λεξικά.

Προϋποθέσεις υλοποίησης για δάσκαλο και μαθητές

Ο/η εκπαιδευτικός, για να εξασφαλίσει μια, όσο το δυνατόν, ομαλή και δίχως προβλήματα εφαρμογή των δραστηριοτήτων του σεναρίου, θα πρέπει, πριν την πραγματοποίησή τους στην τάξη, να έχει περιηγηθεί στις προτεινόμενες ηλεκτρονικές πηγές, ώστε να γνωρίζει τα σημεία που πρέπει να επικεντρωθεί η προσοχή κατά την ανάλυση και χρήση τους, να διαπιστώσει αν είναι ενεργές ή αν έχουν εμπλουτιστεί με μη επιθυμητό περιεχόμενο. Είναι απαραίτητο να έχει εγκαταστήσει τα λογισμικά που χρειάζονται στους υπολογιστές με τους οποίους θα εργαστούν οι μαθητές/τριές του ή να έχει κάνει εγγραφή (όπως στο Bubbl.us) για να καταφέρει να χρησιμοποιήσει τις προτεινόμενες ηλεκτρονικές πηγές και τα ψηφιακά εργαλεία, δίχως να αντιμετωπίσει τεχνικά πρόβλημα.

Οι μαθητές/-τριες καλό θα ήταν να έχουν εξοικειωθεί με την εργασία σε ομάδες ή έστω σε δυάδες. Αν δεν ισχύει η προϋπόθεση αυτή, καλό θα ήταν να αφιερωθεί χρόνος για την εξοικείωση των παιδιών με τη συγκεκριμένη πρακτική συνεργασίας. Θα πρέπει να έχουν κατακτήσει τις στοιχειώδεις λειτουργίες του Η/Υ (χρήση εφαρμογής επεξεργασίας κειμένου και παρουσίασης, αντιγραφή-επικόλληση, αποθήκευση, αναζήτηση σε διαδικτυακή εγκυκλοπαίδεια και λεξικό) και τον τρόπο πλοήγησης στο διαδίκτυο.



Η υλικοτεχνική υποδομή θα πρέπει να περιλαμβάνει επαρκή αριθμό Η/Υ, ώστε να μπορεί κάθε ομάδα να εργάζεται σε έναν υπολογιστή. Θα πρέπει να υπάρχει ένα προβολικό, για να γίνεται η επεξεργασία δεδομένων στην ολομέλεια. Η χρήση διαδραστικού πίνακα δεν κρίνεται απαραίτητη, όμως η ύπαρξή του θα μπορούσε να θεωρηθεί βοηθητική.

Εφαρμογή στην τάξη

Το συγκεκριμένο σενάριο εφαρμόστηκε στη Γ΄ τάξη σε τμήμα 11 μαθητών/τριών, χωρισμένοι σε δυάδες ή τριάδες.

Το σενάριο στηρίζεται

Αναστάσιος Ξανθόπουλος, Το πιάτο μου. Νεοελληνική Γλώσσα Γ΄ Δημοτικού, 2012.

Το σενάριο αντλεί

B. ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ/ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Το παρόν σενάριο διαπραγματεύεται τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών και την αξία της διατροφής στη διάπλαση υγιών ατόμων. Με βάση το υλικό που προέρχεται κυρίως από το διαδίκτυο δίνονται στους μαθητές αφορμές για παραγωγή προφορικού και γραπτού λόγου γύρω από αυτό το επίκαιρο θέμα. Προϋποθέσεις υλοποίησης: Εξοικείωση με ομαδοσυνεργατική διδασκαλία, με το διαδίκτυο, με βασικά προγράμματα γενικού και εκπαιδευτικού λογισμικού.

Γ. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

(Δεν υπήρχε στο συνταγμένο σενάριο)



Δ. ΣΚΕΠΤΙΚΟ-ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΣ ΤΟΥΣ

Το θέμα της ορθής διαπαιδαγώγησης των παιδιών γύρω από τις διατροφικές τους συνήθειες αποτελεί ένα θέμα πρώτης προτεραιότητας για τη χώρα μας, καθώς είναι γνωστό μέσα από ένα πλήθος ερευνών ότι τα ελληνόπουλα κατατάσσονται μεταξύ των πιο υπέρβαρων ή παχύσαρκων παιδιών της Ευρώπης.

Ο αντίκτυπος των συνεπειών που έχει για τα άτομα και την κοινωνία τόσο η παχυσαρκία όσο και άλλες διατροφικές διαταραχές όπως η ανορεξία, η βουλιμία και ένα πλήθος ασθενειών που τις συνοδεύουν (καρδιαγγειακά, αναπνευστικά, κινητικά και άλλα νοσήματα) δεν είναι αμελητέος. Τα άτομα, πέρα από τα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζουν ή πιθανόν θα αντιμετωπίσουν λόγω της κακής διατροφής, βιώνουν ένα έντονο άγχος ως απόρροια της αποτυχίας τους να ανταποκριθούν στο σύγχρονο κοινωνικό πρότυπο που μας θέλει εσαεί νέους, ωραίους και με τέλει αναλογίες. Γι' αυτό τα παχύσαρκα άτομα γίνονται συχνά αντικείμενο απόρριψης και γλευασμού από την ομάδα των συνομηλίκων τους.

Οι οικογένειες και η κοινωνία υφίστανται ένα τεράστιο οικονομικό κόστος, καθώς οι συνέπειες από την κακή υγεία των νέων και οικονομικά πιο ενεργών μελών μεταβιβάζονται στον οικογενειακό και στον κρατικό προϋπολογισμό. Η αντιστροφή της κατάστασης δεν φαίνεται εύκολη, γιατί οι παράγοντες που την προκαλούν είναι ποικίλοι και δύσκολα ελεγχόμενοι, ενώ τα τεράστια οικονομικά συμφέροντα (επιχειρηματικά, τηλεοπτικά, διαφημιστικά, ιατρικά/φαρμακευτικά) που κρύβονται πίσω από την κατανάλωση συγκεκριμένων τροφών και στοχεύουν ειδικά τα παιδιά θολώνουν εξαιρετικά το τοπίο. Παρόλα αυτά, στην εποχή του διαδικτύου μπορούμε να βρούμε πλήθος πληροφοριών, για να ευαισθητοποιήσουμε τους μαθητές μας γύρω από το τι βάζουν στο πιάτο τους και πώς μπορούν να βελτιώσουν την υγεία τους.

Στο σχολείο το ζήτημα της διατροφής επανέρχεται συνεχώς τόσο ως ένα «οριζόντιο» θέμα διδασκαλίας, αφού σχεδόν σε όλα τα διδακτικά αντικείμενα υπάρχουν σχετικές αναφορές, αλλά και ως «κάθετο» με μια διττή έννοια: γίνεται



αντικείμενο διαπραγμάτευσης και σε όλες τις τάξεις αλλά και στο ίδιο γνωστικό αντικείμενο (π.χ. Γλώσσα) από τάξη σε τάξη. Επομένως, μπορεί να αποτελέσει μια θαυμάσια αφορμή για μια διαθεματικού τύπου διδασκαλία, καθώς πέρα από τους στενά θεματικούς γλωσσικούς στόχους δύναται να εξυπηρετηθούν και ένα πλήθος στόχων άλλων μαθημάτων, όπως της Ιστορίας (εξέλιξη των τροφών και των καλλιεργειών), των Θρησκευτικών (νηστεία), της Μελέτης Περιβάλλοντος (επεξεργασία, συντήρηση, παραγωγή τροφών), των Εικαστικών, της Μουσικής, των Μαθηματικών (υπολογισμός δοσολογιών για συνταγές μαγειρικής), της Φυσικής Αγωγής (αξία της άσκησης) αλλά και της Γλώσσας (βλ. σχετικές θεματικές ενότητες), της Αγωγής Υγείας (ασφάλεια τροφίμων, διατροφικές διαταραχές, μεσογειακή διαίτα) και της Διαπολιτισμικής Αγωγής (η κουζίνα και οι διατροφικές συνήθειες του κάθε λαού). Πέρα από τα παραπάνω οι μαθητές της Γ΄ Τάξης είναι κυριολεκτικά καθημερινοί αποδέκτες σχετικών διαφημίσεων για τρόφιμα και αναμένεται να έχουν κάποιες ελάχιστες γνώσεις και να γνωρίζουν ορισμένα βασικά πράγματα γύρω από αυτά, ώστε να υπάρχει ένα εσωτερικό κίνητρο για να εμπλακούν ενεργά στην υλοποίηση του σεναρίου.

Παράλληλα, πέρα από τους γνωστικούς στόχους, αναμένεται η καλλιέργεια τόσο συναισθηματικών στόχων (ομαδικό πνεύμα, αυτοαξιολόγηση, αυτορυθμιζόμενη μάθηση, κριτική και δημιουργική σκέψη, δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων) όσο και ψυχοκινητικών (κόβω, επικολλώ, συρράπτω, μετρώ). Ταυτόχρονα ο πληροφορικός (διαχείριση, αναζήτηση, εύρεση, αποθήκευση, διαμοιρασμός πληροφορίας) και ο τεχνολογικός γραμματισμός (χειρισμός προγραμμάτων και περιφερειακών του Η/Υ, μηχανές αναζήτησης, διαδίκτυο, άλλες ψηφιακές συσκευές) προωθείται στον μέγιστο δυνατό βαθμό και σε συνθήκες αυθεντικού (ή κατά το δυνατόν αυθεντικοποιημένου) περιβάλλοντος εντός της σχολικής τάξης, αφού το σενάριο υλοποιείται κατά βάση με τη χρήση λογισμικών γενικής χρήσης και ανοιχτού τύπου από τους μαθητές. Τέλος, ο κριτικός γραμματισμός είναι στη βάση του σεναρίου, καθώς, η πηγή, η αξιοπιστία και



το κύρος των πληροφοριών πρέπει να ελέγχονται προσεκτικά εξαιτίας της ειδικής σχέσης του θέματος με την υγεία των παιδιών.

Γνώσεις για τον κόσμο, αξίες, πεποιθήσεις, πρότυπα, στάσεις ζωής

Επιχειρείται οι μαθητές/-τριες:

- να μάθουν τα είδη των τροφών·
- να γνωρίσουν τα συστατικά των τροφών·
- να γνωρίσουν τις ασθένειες που σχετίζονται με την κακή διατροφή και τις επιπτώσεις των διατροφικών διαταραχών στην υγεία τους·
- να κατανοούν τα σύμβολα και τους δείκτες στις ετικέτες των τροφίμων·
- να κατανοούν δείκτες σχετικούς με το βάρος του σώματός τους·
- να γνωρίσουν εστιατόρια και γεύματα «γρήγορου» φαγητού·
- να γνωρίσουν και να υιοθετήσουν τις καλές διατροφικές συνήθειες (μεσογειακή διατροφή)·
- να κατανοούν τις ποικίλες διατροφικές πυραμίδες·
- να εκτιμήσουν την αξία της σωστής διατροφής για την υγεία και την κοινωνία·
- να γνωρίσουν πώς αποθηκεύουμε και συντηρούμε τρόφιμα·
- να γνωρίσουν την αξία της καλής άσκησης για την υγεία τους·
- να γνωρίσουν τις διατροφικές συνήθειες άλλων λαών·
- να μάθουν πώς γίνεται η παρασκευή των τροφών·
- να μπορούν να κατανοήσουν μια μαγειρική συνταγή και ένα μενού εστιατορίου·
- να αντιληφθούν τι είναι οι θερμίδες και πώς σχετίζονται με το βάρος του οργανισμού.

Γνώσεις για τη γλώσσα

Επιχειρείται οι μαθητές/-τριες:

- να καλλιεργήσουν τον προφορικό λόγο τόσο ως ομιλητές όσο και ως ακροατές·



- να καλλιεργήσουν τον γραπτό λόγο και να εξοικειωθούν με τα ιδιαίτερα κειμενικά χαρακτηριστικά (υπερδομή) της μαγειρικής συνταγής, των οδηγιών, των ετικετών για τρόφιμα, πληροφοριακών κειμένων, της ηλεκτρονικής φόρμας (έντυπα συμπλήρωσης), της πρόσκλησης κ.ά.
- να αποκτήσουν νέο λεξιλόγιο.
- να μάθουν την ετυμολογία ορισμένων λέξεων.
- να αναπτύξουν επιχειρηματολογικό λόγο (προφορικό και γραπτό).
- να εξοικειωθούν με την παραγωγή πολυτροπικών κειμένων.
- να εξοικειωθούν με γραμματικές και συντακτικές δομές της γλώσσας (μορφολογία ουσιαστικών, επιθέτων, ρημάτων, υποκείμενο, αντικείμενο κ.ά.) σε συνθήκες αυθεντικής παραγωγής λόγου.
- να μπορούν να αναγνωρίζουν το ύφος του κάθε κειμένου μέσα από τα γραμματικά του στοιχεία και να διαμορφώνουν ανάλογα το ύφος των δικών τους σύμφωνα με τον αποδέκτη, τον στόχο και τις συνθήκες επικοινωνίας.

Γραμματισμοί

Επιχειρείται οι μαθητές/-τριες:

- να αποκτήσουν θετική στάση για τη θέση των ΤΠΕ στην εκπαίδευση και να εξοικειωθούν με τις ποικίλες δυνατότητες που αυτές τους παρέχουν.
- να γνωρίσουν βασικές εντολές δημοφιλών προγραμμάτων όπως του κειμενογράφου προγράμματος παρουσίασης, φυλλομετρητή ιστού.
- να εξοικειωθούν με τις μηχανές αναζήτησης.
- να μάθουν να ανοίγουν ιστοσελίδες και να πλοηγούνται μέσα σε έναν ιστότοπο.
- να εξοικειωθούν με την ανάκτηση κειμένων, φωτογραφιών και βίντεο από το διαδίκτυο.
- να μπορούν να επιλύουν απλά τεχνικά προβλήματα των Η/Υ και να αποφεύγουν κακόβουλα προγράμματα.
- να εξοικειωθούν με τρόπους παραγωγής και ακρόασης ηχητικού κομματιού.



- να γνωρίσουν μια διαδικτυακή εγκυκλοπαίδεια·
- να γνωρίσουν ένα διαδικτυακό λεξικό·
- να μπορούν να καταγράψουν την ηλεκτρονική πηγή των πληροφοριών τους και να παραπέμπουν με υπερσύνδεση σε αυτή.

Διδακτικές πρακτικές

Παρουσιάζονται αναλυτικά στο Ε.

Ε. ΛΕΠΤΟΜΕΡΗΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΤΑΣΗΣ

Αφετηρία

Αφορμή για την ενασχόληση με το θέμα μας αποτέλεσε το Βιβλίο της Γλώσσας της Γ' Τάξης, «Του κόσμου το ψωμί» ΒΜ3 (σσ. 28-48). Μια ταιριαστή περίπτωση αφορμής αποτελεί και η υποενότητα «Καλή όρεξη!» ΒΜ3 (σσ. 40-43), γιατί ασχολείται με ζητήματα που άπτονται άμεσα της θεματικής του σεναρίου (διατροφική πυραμίδα, ανθυγιεινά τρόφιμα, ετικέτες τροφίμων). Στη συγκεκριμένη ενδιαφέρουσα ενότητα αποφασίστηκε να εφαρμοστούν οι περισσότερες από τις δραστηριότητες που πρότεινε ο κ. Ξανθόπουλος για τους εξής λόγους: Οι μαθητές είχαν ασχοληθεί με παρόμοιο σενάριο που εξετάζει τις διατροφικές συνήθειες και τους κανόνες σωστής υγιεινής και άσκησης, στο «Εξερευνώντας τις διατροφικές πυραμίδες» της Σ. Κολοσίδου. Επιπλέον, οι μαθητές είχαν ήδη κατακτήσει τη γνώση που έπρεπε να πάρουν από το θέμα αυτό. Για τους λόγους αυτούς, εφαρμόστηκαν οι αναγκαίες δραστηριότητες οι οποίες δεν παρουσιάζονταν στο προηγούμενο σενάριο.

Σύνδεση με τα ισχύοντα στο σχολείο

Το θέμα της διατροφής και ευρύτερα της σωματικής υγείας εντάσσεται στην ρητά διατυπωμένη αρχή της εκπαίδευσης για τη «φυσική, ψυχική και κοινωνική ανάπτυξη» του ατόμου, «[...] ώστε αργότερα ως ενήλικας, να είναι υπεύθυνος για την ποιότητα τόσο της δικής του ζωής όσο και αυτής του κοινωνικού συνόλου στο οποίο



εντάσσεται» (ΦΕΚ 303/τβ, 2003, σ. 3736). Παράλληλα, είναι ενδεικτικό της διαθεματικής φύσης του θέματος το ότι αποτελεί βασικό άξονα περιεχομένου στην Αγωγή Υγείας και συνδέεται με ένα πλήθος διαθεματικών εννοιών (ισορροπία, αυτογνωσία, ιεράρχηση προτεραιοτήτων, ενέργεια, υπευθυνότητα, αυτοπροστασία, κ.ά.· ΦΕΚ 303/τβ, 2003, σ. 4344). Άλλωστε, σε μεγαλύτερη τάξη (ΣΤ΄) η διατροφή αποτελεί ξεχωριστή θεματική ενότητα λόγω ακριβώς της διαθεματικής διάστασης που λαμβάνει το αντικείμενο και γίνεται αντικείμενο διαπραγμάτευσης σχεδόν σε όλες τις άλλες είτε στα πλαίσια του γλωσσικού είτε των άλλων μαθημάτων.

Αξιοποίηση των ΤΠΕ

Οι ΤΠΕ στο συγκεκριμένο σενάριο αποτέλεσαν αναπόσπαστο μέρος της προσπάθειας καλλιέργειας κριτικής σκέψης. Χρησιμοποιήθηκαν σε όλα τα δομικά στάδια των δραστηριοτήτων (αφόρμηση, αναζήτηση, ανάλυση και παρουσίαση δεδομένων, διεξαγωγή συμπερασμάτων, απολογισμός). Παρείχαν επιπλέον και τη δυνατότητα διασκέδασης και ψυχαγωγίας.

Κείμενα

Έντυπα κείμενα

Δεν χρησιμοποιήθηκε κανένα επιπλέον έντυπο κείμενο πέρα από το βιβλίο και το τετράδιο εργασιών της Γλώσσας της Γ΄ Δημοτικού.

Βίντεο

Βίντεο γύρω από γνωστό αλλαντικό

<http://www.youtube.com/watch?v=RTIIUVrRnLc>

Τόσο λάθος διατροφή!:

<http://www.youtube.com/watch?v=c9oP3pbSbjk&feature=related>

Το τραγούδι της σωστής διατροφής:

http://www.youtube.com/watch?v=JPSR_09hmpY&feature=related

Μουσικομαγειρέματα του Ε. Μπλέτσα – Ολόκληρη παράσταση:



<http://foodmusic.gr/show/1843>

Ευτύχης Μπλέτσας, Τραγούδι: «Τάισέ με καλά»:

<http://foodmusic.gr/show/media/music>

Ευτύχης Μπλέτσας, Τραγούδι: «Τάισέ με καλά» στίχοι:

<http://foodmusic.gr/show/1835>

Δόντια: <http://www.youtube.com/watch?NR=1&v=tH8yGq158fY>

Η παρέλαση των φρούτων

Ιστοσελίδες

Δημιουργία εννοιολογικού χάρτη: <https://bubbl.us/>

«Μουσικομαγειρέματα» του Ε. Μπλέτσα

Υπολογισμός Ιδανικού Σωματικού Βάρους:

- <http://www.iatronet.gr/members/idealweight>
- http://www.iatronet.gr/article.asp?art_id=12369
- <http://www.diaita.com.gr/varos.htm>

και

Υπολογισμός Δείκτης Μάζας Σώματος:

- <http://www.goodys.com/menu/diatrofikes-plirofories/deiktis-mazas-somatos/>
- http://www.nutrimed.gr/ergaleia/bres_to_idaniko_baros/index.html
- <http://www.dietinfo.gr/gr/index.php> και <http://www.dietinfo.gr/gr/energy.php>
- <http://www.mayoclinic.com/health/bmi-calculator/NU00597>

Θερμιδομετρητής

Οι συνταγές της παρέας

Για τη Μέτρηση του Σωματικού Λίπους:

<http://www.iatronet.gr/members/bodyfat>

Ηλεκτρονικά λεξικά:

- [ΚΕΓ](#)
- [Βικιλεξικό](#)



- [Σχολικό λεξικό](#) του Υ.ΠΑΙ.Θ.
- [Neurolingo:](#)
- [«Λέξεις και εικόνες»](#)
- [«Τι ωραία που μυρίζει»](#)

Ηλεκτρονικά άρθρα:

Θρεπτικά στοιχεία των τροφών: <http://www.mcdonalds.gr/el/diatrofikes-plirofories>

Για την «Ενδεικτική Ημερήσια Πρόσληψη» (GDA ή ΕΗΠ):

http://www.iatronet.gr/article.asp?art_id=14376

Για τη «Συνιστώμενη Ημερήσια Ποσότητα» (ΣΗΠ):

<http://www.fooddaily.gr/arthro.php?id=13>

- [Πρόσθετα τροφών και συντήρηση τροφίμων](#) και <http://www.womenonly.gr/article.asp?catid=13309&subid=2&pubid=599301&tag=4885>
- [Παιδική Παχυσαρκία](#)
- [Ανορεξία](#)
- [Στοματική υγιεινή](#)
- [Παθήσεις δοντιών και ούλων](#)
- [Παιδικά γεύματα](#)
- Ευτύχης Μπλέτσας: [Ο δεκάλογος της έξυπνης διατροφής](#)
- [Ο Δεκάλογος της υγιεινής διατροφής](#)
- [Κανόνες υγιεινής διατροφής](#)
- Ε. Μπλέτσα: [Μία πληροφορία που λείπει από τη Μεσογειακή Πυραμίδα](#)
- Φ. Κοκκίνου: [Μεταφράστε τη Μεσογειακή Πυραμίδα](#)



On line παιχνίδια:

<http://www.goodys.com/gr/junior/games/>

[Κατασκευή Διατροφικής πυραμίδας](#)

Διδακτική πορεία/στάδια/φάσεις

1η & 2η διδακτική ώρα

(Στην ολομέλεια της τάξης)

Στην πρώτη ολομέλεια της τάξης με αφορμή τα κείμενα και τις εικόνες στις σελ. 40-42 (BM3) προκλήθηκε συζήτηση γύρω από τις διατροφικές συνήθειες των μαθητών. Ρωτήθηκαν, «ποιο φαγητό τους αρέσει ή δεν τους αρέσει, πόσο συχνά τρώνε έξω από το σπίτι και τι, ποια φρούτα και λαχανικά προτιμούν, αν γνωρίζουν ότι το φαγητό σχετίζεται με το σωματικό τους βάρος και την υγεία τους γενικότερα, αν αθλούνται, αν πλένουν τα χέρια τους πριν το φαγητό και τα δόντια μετά κ.ά.». Οι μαθητές συμμετείχαν ενεργά στη συζήτηση, αφού το θέμα της διατροφής τους ήταν αρκετά οικείο.

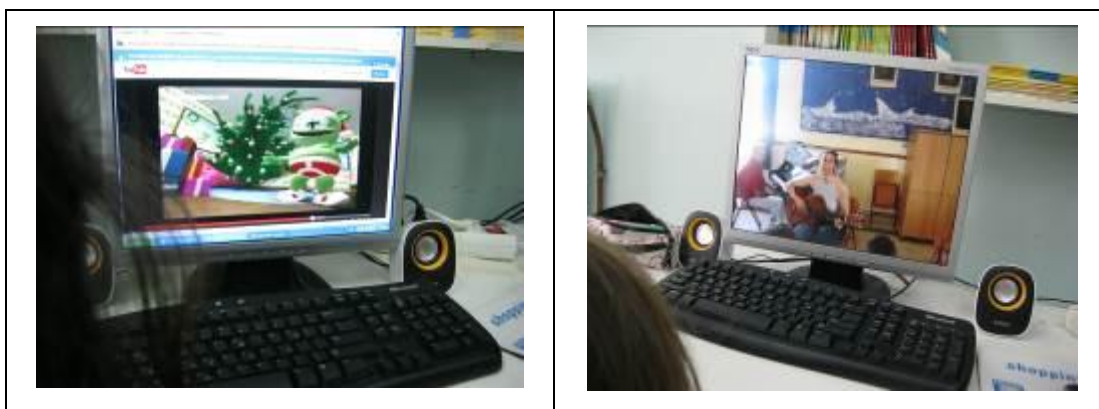
Στη συνέχεια παρακολούθησαν ένα πασίγνωστο διαφημιστικό [βίντεο γύρω από γνωστό αλλαντικό](#). Συμβουλευτήκαν τη διατροφική πυραμίδα που βρίσκεται στο βιβλίο τους και εξέφρασαν τη γνώμη ότι δεν πρέπει να καταναλώνουν πολύ συχνά το συγκεκριμένο τρόφιμο. Ανέφεραν και άλλες αγαπημένες διαφημίσεις τροφίμων όπως: παγωτά, δημητριακά, πατατάκια και τις αναζήτησαν στο Διαδίκτυο. Στη συζήτηση που προκλήθηκε είπαν ότι και αυτές είναι βλαβερές και απαγορευτικές για την υγεία.

Έπειτα, άκουσαν δύο τραγούδια: α) [Τόσο λάθος διατροφή!](#) και β) [Το τραγούδι της σωστής διατροφής](#). Αυτό που ειπώθηκε από τους μαθητές ήταν ότι: «οι απαγορευτικές τροφές όπως τα γλυκά, τα αλμυρά και τα σνακς, βλάπτουν τον οργανισμό μας, ενώ τα λαχανικά και η μεγάλη ποικιλία φρούτων που έχει η χώρα μας, βοηθάνε για να χτίσουμε ένα γερό και δυνατό σώμα». Επιπλέον, «το δεύτερο τραγούδι ακούστηκε από τους μαθητές του 2^{ου} Ολοήμερου Δημοτικού Σχολείου



Ιαλυσού της Ρόδου και ήταν ένα τραγούδι που το είχαν γράψει οι μαθητές μαζί με τη δασκάλα τους και το μελοποίησε ο μουσικός του σχολείου».

Τεκμήρια



Εμβαθύνοντας περισσότερο στο θέμα και για τη διαμόρφωση στάσεων ζωής, μεταβήκαμε στην ιστοσελίδα «[Μουσικομαγειρέματα](#)» του Ε. Μπλέτσα, γνωστού τηλεοπτικού σεφ, ο οποίος επικεντρώνεται στην εκπαίδευση παιδιών γύρω από θέματα διατροφής και οι μαθητές/τριες διάβασαν ένα σχετικό κείμενο, παρακολούθησαν απόσπασμα από ένα [βίντεο](#) σχολικής εκδήλωσης και τέλος άκουσαν το τραγούδι «[Τάισέ με καλά](#)».

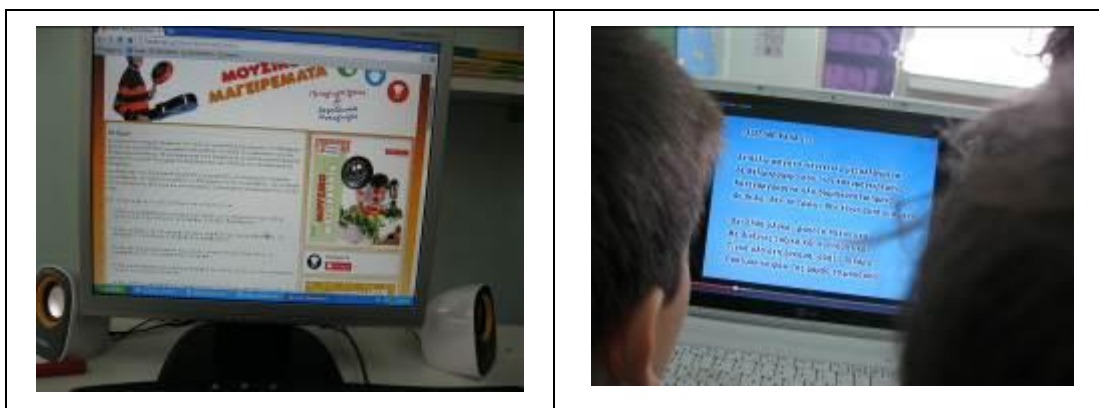
Αναλυτικότερα, κατά τη 2^η ώρα του 1^{ου} δίωρου αφού οι μαθητές/τριες είδαν το σχετικό βίντεο και άκουσαν το τραγούδι, συζητήθηκε στην ολομέλεια της τάξης, ο τίτλος του άρθρου και αντιλήφθηκαν ότι πρέπει να συνδυάζεται η εκπαιδευτική διαδικασία με τη ψυχαγωγία. Επιπλέον διάβασαν τους 11 γενικούς στόχους για παιδιά και κατάλαβαν ότι από τη μικρή ηλικία πρέπει να διαμορφώσουν στάσεις, αξίες και συμπεριφορές για τη σωστή διατροφή, οι οποίες θα τους ακολουθήσουν σε όλη τους τη ζωή, ενώ παράλληλα θα πρέπει και οι γονείς τους να ευαισθητοποιηθούν στο θέμα.

Τέλος, η επεξεργασία του τραγουδιού «Τάισέ με καλά» έγινε στην ολομέλεια, αφού πρώτα το άκουσαν, ένας μαθητής ανέλαβε να γράψει ότι του έλεγαν οι συμμαθητές του και στη συνέχεια πρόβαλαν και πάλι το βίντεο, για να κάνουν τον έλεγχο. Επεξηγήθηκαν άγνωστες λέξεις και διαπιστώθηκε από το γράψιμο του



ποιήματος ότι οι μαθητές είχαν κατακτήσει το κεντρικό νόημα που τους μετέδωσε η όλη διαδικασία. Τελειώνοντας το ποίημά τους, επικόλλησαν την ηλεκτρονική διεύθυνση από όπου το άκουσαν (Συνοδευτικό υλικό>έγγραφο>Τάισέ με καλά>τραγούδι).

Τεκμήρια

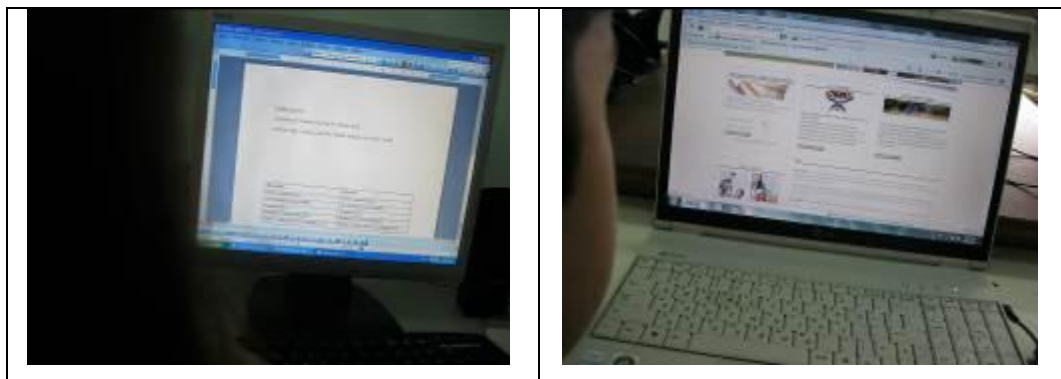


3η & 4η διδακτική ώρα

Στο συγκεκριμένο δίωρο, οι μαθητές/-τριες χρησιμοποίησαν διαδικτυακά εργαλεία, τις προτεινόμενες ιστοσελίδες του σεναρίου και άλλες που αναζήτησε η εκπαιδευτικός που το εφάρμοσε (διότι δεν βρέθηκαν οι προτεινόμενες από το σενάριο) με στόχο να σκιαγραφήσουν το διατροφικό και σωματικό τους προφίλ.

Πιο συγκεκριμένα, στα πλαίσια της ομάδας του ο κάθε μαθητής υπολόγισε μέσω εργαλείων του διαδικτύου:

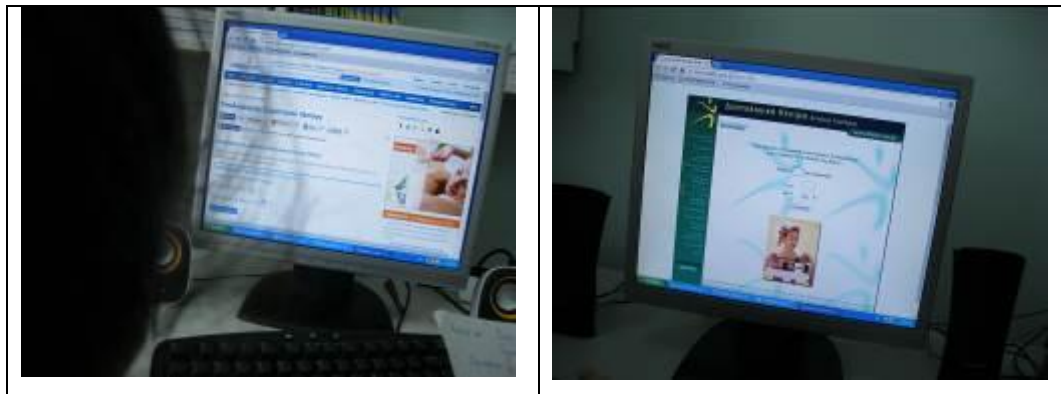
- Το ιδανικό σωματικό του βάρος.
- Τον Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ).
- Το σωματικό του λίπος.
- Τις ημερήσιες ανάγκες του σε θερμίδες.



Για τους όρους αυτούς η εκπαιδευτικός έδωσε κάποιες διευκρινίσεις, χωρίς να εισέλθει σε περαιτέρω λεπτομέρειες, διότι μέσα από τα άρθρα που επεξεργάστηκαν στη συνέχεια τα παιδιά, δίνονταν αναλυτικές πληροφορίες.

Αρχικά, η εκπαιδευτικός δημιούργησε μια λίστα με τα ονόματα των μαθητών/τριών, στην οποία αναγράφονταν οι μετρήσεις βάρους, ύψους και η ηλικία του καθενός, μιας και ήταν απαραίτητη προϋπόθεση για τον υπολογισμό των ατομικών μετρήσεων. Επίσης, η εκπαιδευτικός είχε ετοιμάσει ένα έγγραφο στο Word, για την κάθε ομάδα, στο οποίο είχε δημιουργήσει έναν πίνακα με τα ονόματα των μαθητών ανά ομάδα, ώστε να μπορούν να σημειώνουν-γράφουν τις τιμές που τους έδειχναν οι μετρήσεις. Η κάθε ομάδα είχε διαλέξει ένα όνομα κάποιου λαχανικού (ντομάτα, λάχανο, πιπεριά, καρότο και μαρούλι), ώστε η εργασία τους να είναι πιο παραστατική και να προσεγγίζει το θέμα με το οποίο ασχολούνταν. Δημιουργήθηκαν πέντε ομάδες των δυο ατόμων (ένας μαθητής απουσίαζε λόγω ασθένειας). Οι ιστοσελίδες με τις οποίες ασχολούνταν είχαν αποθηκευτεί σε έναν φάκελο, στη γραμμή σελιδοδεικτών του Google. Στο τέλος, έγραψαν αν έπρεπε να αυξήσουν, να διατηρήσουν ή να μειώσουν το βάρος τους (Συνοδευτικό υλικό>φάκελος>Μετρήσεις μαθητών).

Τεκμήρια



Οι μαθητές/-τριες συμπλήρωσαν τη φόρμα με τις ενδείξεις για τον Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ), για το Ιδανικό Σωματικό Βάρος, για το Σωματικό Λίπος και για τις ημερήσιες ανάγκες τους σε θερμίδες. Αυτό που επισημάνθηκε από την εκπαιδευτικό στα παιδιά ήταν να προσέχουν την κατάληξη της ιστοσελίδας στην οποία εισέρχονταν. Με αυτόν τον τρόπο επισημάνθηκαν οι κατηγορίες των ιστοσελίδων δηλαδή αν ήταν εταιρικές, προσωπικές ή εμπορικές. Οι καταλήξεις .gr, .com.gr, net.gr και .org.gr, διευκρινίστηκαν και οι μαθητές/-τριες αντιλήφθηκαν τη χρήση τους. Αυτό που ειπώθηκε από τα παιδιά ήταν ότι «οι περισσότερες ήταν ιδιωτικές ή εταιρικές». Ανήκαν κυρίως σε Κλινικούς διαιτολόγους – διατροφολόγους, οι οποίοι παρείχαν σχετικά άρθρα με πληροφορίες για τους δείκτες που έπρεπε να μετρήσουν και υπολογισμό των ατομικών μετρήσεων, αφού πρώτα καταχωρούσαν τα σωστά προσωπικά στοιχεία του βάρους, του ύψους και του φύλου τους. Η διαφορά εντοπίστηκε σε μία ιστοσελίδα που ανήκε σε μία [ιδιωτική κλινική](#) του εξωτερικού και ζητούσε εκτός των άλλων στοιχείων και την ακριβή ημερομηνία γέννησης. Στα αποτελέσματα που έπαιρναν οι μαθητές εκτός από τις πληροφορίες «φυσιολογικός-ή, παχύσαρκος-η ή λιποβαρής», παρείχε και συμβουλές για το τι έπρεπε να κάνουν, ώστε να βελτιώσουν τη σωματική τους κατάσταση. Επίσης, παρατήρησαν ότι άλλες σελίδες για να υπολογίσουν τον Δείκτη Μάζας Σώματος, έπρεπε να γράψουν τον αριθμό του ύψους σε εκατοστά, άλλες με τελεία και άλλες με υποδιαστολή.



Επισημάνθηκε ότι αυτή τη διαφορά τη συναντούμε σε ξενόγλωσσα site και σε τραπεζικές συναλλαγές.

Μετά την περιήγηση των ομάδων στα διάφορα διαδικτυακά εργαλεία οι μαθητές/-τριες παροτρύνθηκαν να αναζητήσουν στη Google ένα εργαλείο το οποίο θα ήταν μόνο για παιδιά, επειδή τα προηγούμενα ήταν για ενήλικες. Έτσι, η εκπαιδευτικός τους σύστησε να πληκτρολογήσουν την εξής φράση σε εισαγωγικά: «υπολογισμός ΔΜΣ για παιδιά». Διευκρινίστηκε ότι χρησιμοποιούμε τα εισαγωγικά για να έχουμε περιορισμένα αποτελέσματα, σύμφωνα με την αναζήτησή μας. Καταλήξαμε να γίνουν οι μετρήσεις με το εργαλείο της [ελληνικής σελίδας](#), το οποίο απευθύνεται σε παιδιά και ανήκει σε Κλινική διαιτολόγο, όπως ανέφεραν οι μαθητές αφού διάβασαν το βιογραφικό και αντιλήφθηκαν ότι πρόκειται για αξιόπιστη πηγή.

Η δραστηριότητα των μαθητών/τριών αξιολογείται θετικά, διότι οι ομάδες εργάστηκαν με πνεύμα συνεργασίας και αλληλοβοήθειας. Έδειξαν ενεργό και ουσιαστικό ενδιαφέρον σε ένα θέμα που προκαλεί ανησυχίες τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα.

5η & 6η διδακτική ώρα

Το επόμενο δίωρο οι ομάδες προχώρησαν στις μετρήσεις του σωματικού λίπους και τις ημερήσιες ανάγκες σε θερμίδες. Επισημάνθηκε ότι για να γίνει αυτή η μέτρηση θα πρέπει εκτός από το βάρος σε κιλά, να γνωρίζουν και την περιφέρεια της μέσης. Στη συνέχεια, έκαναν τις σχετικές μετρήσεις από μια αξιόπιστη [ιατρική πηγή](#) και αντέγραφαν στην ατομική τους φόρμα την αριθμητική ένδειξη.

Οι μαθητές/τριες πριν υπολογίσουν τις ημερήσιες ανάγκες σε θερμίδες, ασχολήθηκαν με τον όρο αυτό και αντιλήφθηκαν ότι (α) όλες οι τροφές μάς παρέχουν ενέργεια που μεταφράζεται σε θερμίδες και έτσι μπορούμε να τις συγκρίνουμε και να τις κατατάξουμε μεταξύ τους, (β) ότι οι τροφές αποτελούνται από κάποια συστατικά απαραίτητα για τον οργανισμό αλλά και βλαβερά, όταν καταναλώνονται σε μεγάλες ποσότητες και (γ) ότι όλοι δεν έχουμε τις ίδιες ημερήσιες ανάγκες σε ενέργεια, σε



θερμίδες δηλαδή, αλλά αυτό εξαρτάται από πολλούς παράγοντες (σωματική διάπλαση, άσκηση, ηλικία, φύλο).

Για να γνωρίσουν καλύτερα οι μαθητές ποια θρεπτικά συστατικά μας δίνουν οι τροφές, τούς ζητήθηκε να μεταβούν και να διαβάσουν ένα [άρθρο](#), που παρέχει διατροφικές πληροφορίες, ανήκει σε μια εμπορική εταιρεία, κάνει διάκριση μεταξύ Ενδεικτικής Ημερήσιας Πρόσληψης (ΕΗΠ) ενηλίκων και παιδιών, ενώ προτείνονται και βασικά συστατικά ημερήσιας πρόσληψης.

Από την αναζήτηση για την επεξήγηση των όρων «[Συνιστώμενη Ημερήσια Ποσότητα](#) (ΣΗΠ)» και «[Ενδεικτική Ημερήσια Πρόσληψη](#) (ΕΗΠ)», οι μαθητές/-τριες αντιλήφθηκαν ότι α) «οι δύο όροι αφορούν την ίδια έννοια», δηλαδή ότι «αποτελούν έναν οδηγό που δείχνει απλά και κατανοητά το συνολικό ποσό που ενδείκνυται να προσλαμβάνουμε ημερησίως για να καλύψουμε τις ενεργειακές μας ανάγκες από θερμίδες, πρωτεΐνες, σάκχαρα, λιπαρά, κορεσμένα λιπαρά, αλάτι, και φυτικές ίνες». Επίσης, β) ότι «για την Ενδεικτική Ημερήσια Πρόσληψη (ΕΗΠ) κάθε προϊόντος βρίσκουμε πληροφορίες στη συσκευασία του» και γ) «τα συστατικά που προτείνουν οι ιστοσελίδες και πρέπει να καταναλώνονται ημερησίως, αναφέρονται κυρίως σε ενήλικες και όχι σε παιδιά». Οι διαφορές που εντόπισαν οι μαθητές/τριες και διατυπώθηκαν προφορικά ήταν ότι «η βασική διαφορά στη διατροφή μεταξύ ενηλίκων και παιδιών είναι η ποσότητα, οι επιλογές σε ποσότητες τροφών και κατ' αντιστοιχία σε θερμίδες είναι διαφορετικές στα αγόρια από ότι στα κορίτσια, επειδή οι δύο τύποι παιδιών έχουν διαφορετικές ανάγκες» και τέλος «οι θερμίδες που πρέπει να προσλαμβάνει κανείς καθημερινά έχουν σχέση με τις δραστηριότητες που κάνει, τη σωματική διάπλαση, το φύλο και την ηλικία».

Διαπίστωσαν επίσης, ότι «τα συστατικά που αναφέρονται στη Συνιστώμενη Ημερήσια Ποσότητα (ΣΗΠ) δεν είναι κοινά σε όλες τις ιστοσελίδες», ότι «δεν έχουν όλα τα παιδιά τις ίδιες ανάγκες για θερμίδες και για τα συστατικά που πρέπει να προσλαμβάνουν, επειδή δεν έχουν τις ίδιες ανάγκες με τους μεγάλους σε θερμίδες και συστατικά», ότι «υπάρχουν κάποιοι παράγοντες με τους οποίους προέκυψε ότι έχει σχέση η καθημερινή κατανάλωση θερμίδων από κάθε άνθρωπο χωριστά»,



δηλαδή «ανάλογα με τη σωματικά διάπλαση του καθενός, την άσκηση, την εργασία, το χρόνο που καταναλώνει για διάβασμα, για ύπνο, το φύλο και την ηλικία». Επισημάνθηκε τέλος, ότι «οι εμπορικές ιστοσελίδες δεν ήταν αρκετά αναλυτικές, άρα πλήρως αξιόπιστες, όσο οι πιο εξειδικευμένοι ιατρικοί ιστότοποι».

Στη συνέχεια οι ομάδες, για να υπολογίσουν τις ημερήσιες ανάγκες τους σε θερμίδες αναζήτησαν την προτεινόμενη [ιστοσελίδα](#) από το σενάριο, η οποία αφορά τις ενεργειακές ανάγκες. Εισάγοντας το βάρος σε κιλά, το ύψος σε εκατοστά, την ηλικία, το είδος της φυσικής δραστηριότητας και το φύλο, τα παιδιά διαπίστωσαν ότι η αναζήτηση επέστρεφε αποτελέσματα σχετικά με τη διατήρηση του βάρους και απευθύνονταν μόνο σε «υγιείς ενήλικες». Οι μαθητές/τριες συμπλήρωσαν την ηλεκτρονική φόρμα με τα ατομικά τους στοιχεία και στη συνέχεια μετέφεραν το αποτέλεσμα στον πίνακα του Word, με την ένδειξη: «Πρέπει να πάρω, να χάσω ή να διατηρήσω το βάρος μου» (Συνοδευτικό υλικό>φάκελος>Μετρήσεις μαθητών).

Τεκμήρια



Και σε αυτή τη δραστηριότητα οι μαθητές/-τριες εργάστηκαν ομαδοσυνεργατικά, αναλαμβάνοντας και ολοκληρώνοντας η κάθε ομάδα τα δικά της στοιχεία. Η εκπαιδευτικός παρείχε κάθε βοήθεια και υποστήριξη στους μαθητές που δυσκολεύονταν, μέσα σε κλίμα δημιουργικότητας και αλληλοβοήθειας. Ειπώθηκε ότι οι μετρήσεις ήταν ενδεικτικές και ότι τα εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν δε δείχνουν με απόλυτη ακρίβεια τα αποτελέσματα και αυτό προς αποφυγή δυσάρεστης



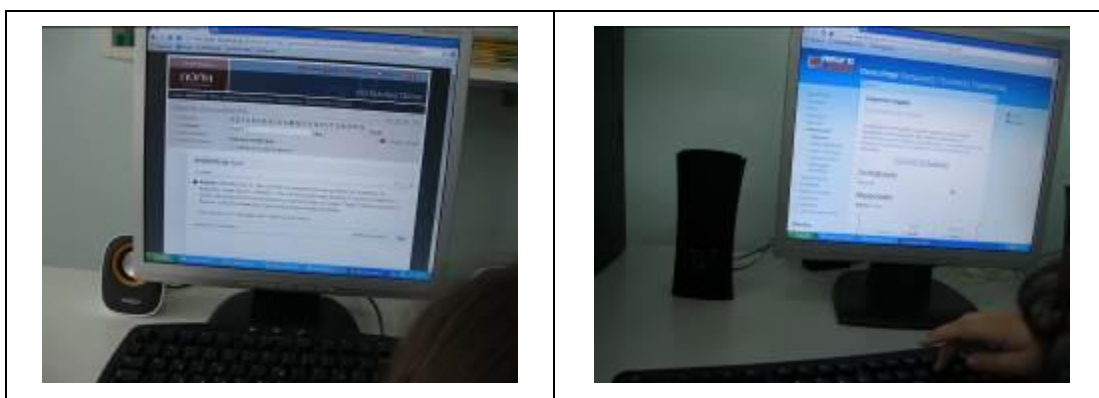
συναισθηματικής κατάστασης μεταξύ των υπέρβαρων, φυσιολογικών και λιποβαρών μαθητών.

7η & 8η διδακτική ώρα

Την πρώτη ώρα από το δίωρο αυτό, οι μαθητές/-τριες ασχολήθηκαν με τα διαδικτυακά λεξικά που προτείνονται από το σενάριο. Πιο συγκεκριμένα αυτά αφορούσαν α) το [Λεξικό της Κοινής Νεοελληνικής Γλώσσας](#) (Τριανταφυλλίδη), β) το [Βικιλεξικό](#) και γ) το [Λεξισκόπιο](#), για την αναζήτηση του λήμματος «θερμίδες», τη γραμματική αναγνώριση, τον συλλαβισμό αλλά και την κλίση του ουσιαστικού.

Μετά από τη διερεύνηση της δραστηριότητας τα παιδιά παρατήρησαν ότι το *Λεξικό της Κοινής Νεοελληνικής Γλώσσας* δεν παρείχε αποτελέσματα με το λήμμα «θερμίδες», ενώ όταν πληκτρολόγησαν «θερμίδα», είχαν θετικά αποτελέσματα. Διευκρινίστηκε ότι αυτό συμβαίνει, επειδή τα ονόματα στα λεξικά καταχωρούνται σύμφωνα με τον αριθμό, την πτώση και το γένος στο οποίο ανήκουν. Επιπλέον, διάβασαν την ερμηνεία του όρου, τη γραμματική αναγνώριση, τον συλλαβισμό, τα συνώνυμα, τα παραδείγματα που παραθέτονταν από τα λεξικά και έκλιναν ο καθένας/μιά το ουσιαστικό θερμίδα, πρώτα προφορικά και έπειτα με τη διαδικασία της αντιγραφής – επικόλλησης, καταχώρισαν σε ένα έγγραφο του επεξεργαστή κειμένου, την ομαδική εργασία (Συνοδευτικό υλικό>έγγραφο>Διαδικτυακά _λεξικά).

Τεκμήρια





Τη δεύτερη ώρα του δώρου, ζητήθηκε από τους μαθητές/τριες να καταγράψουν τουλάχιστον 10 αγαπημένες τροφές ή φαγητά στον επεξεργαστή κειμένου. Κατόπιν, τα καταχώρησαν σε αύξουσα και φθίνουσα ταξινόμηση με τον εξής τρόπο: Από τη γραμμή εργαλείων επέλεξαν Εισαγωγή > Πίνακας > Υπολογιστικό φύλλο του Excel, έγραψαν τα τρόφιμα στον πίνακα και με αριστερό κλικ επέλεξαν Ταξινόμηση > Αύξουσα ή Φθίνουσα, τοποθέτησαν τα στοιχεία τους σε αλφαβητική σειρά και αποθήκευσαν το αρχείο (Συνοδευτικό υλικό>φάκελος>Αγαπημένα_φαγητά).

9η & 10η διδακτική ώρα

Η δραστηριότητα αυτή έγινε στην ολομέλεια της τάξης προφορικά και αποτελεί συνέχεια της προηγούμενης, στην οποία οι μαθητές/-τριες είχαν καταχωρήσει τα αγαπημένα τους τρόφιμα. Ο σκοπός για τον οποίο έγινε ήταν η διατροφική αξιολόγηση των αγαπημένων φαγητών και αυτό για να δουν τις θερμίδες που περιέχουν, τα συστατικά τους, τις ποσότητες που μπορούν να καταναλώνουν ημερησίως, χωρίς να παχαίνουν ή να αδυνατίζουν. Η αξιολόγηση έγινε ενδεικτικά για κάποια τρόφιμα που είχαν γράψει τα παιδιά στον πίνακά τους ή προτείνονταν από τα εργαλεία, ώστε να αντιληφθούν τον τρόπο με τον οποίο γινόταν η αναζήτηση σε τρεις διαφορετικούς διαδικτυακούς θερμιδομετρητές.

Έτσι, διαπίστωσαν ότι ο [πρώτος](#) δεν πρόσφερε έτοιμο μενού τροφίμων και άφηνε το χρήστη ελεύθερο να πληκτρολογήσει το είδος του φαγητού που επιθυμούσε. Επίσης, δεν ήταν σαφής για τις ποσότητες των θερμίδων που έδινε, ενώ αντιστοίχιζε τις θερμίδες του κάθε φαγητού με τον χρόνο κάποιας φυσικής δραστηριότητας που απαιτείται για να καταναλωθούν οι θερμίδες. Οι μαθητές πειραματίστηκαν με το εργαλείο και υπολόγισαν τον χρόνο και τις φυσικές ασκήσεις που απαιτούνταν σύμφωνα με αυτό, για να καταναλώσουν 500, 1000, 1500 ή 2000 θερμίδες, επιλέγοντας τυχαία τρόφιμα κάθε φορά για να συγκεντρώσουν τον αριθμό των θερμίδων.



Για τον [δεύτερο](#) θερμοδομετρητή, διαπίστωσαν ότι υπήρχε ήδη έτοιμη λίστα με κατηγορίες τροφίμων. Επιπλέον, οι ποσότητες σε όλα τα τρόφιμα δεν ήταν πάντα ακριβείς (δηλαδή σε γραμμ. ή λίτρα), καθώς αναφέρονταν σε «φλιτζάνι» και «φέτα». Επίσης, η κατηγοριοποίηση των τροφών ήταν μάλλον δύσκολα κωδικοποιημένη. Για να βρουν τα ψάρια, έπρεπε να μεταβούν στο υπομενού «ομάδα κρέατος», ενώ για το ψωμί στην «ομάδα αμύλου-όσπρια», για την οποία θα έπρεπε να έχουν γνώσεις ανωτέρου επιπέδου.

Για τον [τρίτο](#), διαπίστωσαν ότι δεν επέτρεπε την εισαγωγή τροφίμων, καθώς υπήρχε ήδη έτοιμη λίστα κατά κατηγορίες. Ωστόσο, οι κατηγορίες ήταν περισσότερες όπως και οι τροφές και τα φαγητά (σε σχέση με τον δεύτερο) και πιο εύκολα κατανοητές για μαθητές Γ΄ τάξης. Οι ποσότητες αναφέρονταν πάντα σε 100 γραμμ. προϊόντος και, αυτό το στοιχείο που τον διαφοροποιούσε από τους άλλους δύο, ήταν η αναφορά της περιεκτικότητας των τροφών σε υδατάνθρακες, πρωτεΐνες και λίπος, επιτρέποντας να κάνουν υπολογισμούς σε σχέση με τη «Συνιστώμενη Ημερήσια Ποσότητα». Τελικά, η σύγκριση των τριών θερμοδομετρητών έδειξε την υπεροχή του τελευταίου.

Και σε αυτή τη δραστηριότητα οι μαθητές/τριες συνεργάστηκαν, έτσι ώστε ένας/μία μαθητής/-τρια κάθε φορά επέλεγε ή εισήγαγε κάποιο τρόφιμο και προκαλούνταν εποικοδομητικός διάλογος, σχετικά με την προσφορά, τα συστατικά των τροφών ή τις αθλητικές δραστηριότητες, οι οποίες ήταν διαφορετικές για τον κάθε οργανισμό.

11η & 12η διδακτική ώρα

Εμβαθύνοντας περισσότερο στο θέμα της διατροφής οι μαθητές/τριες, σε αυτό το δίωρο ασχολήθηκαν με «συμβουλές για καλή διατροφή», αντιλήφθηκαν τους κινδύνους που διατρέχουν, αν δεν τρέφονται σωστά, και γνώρισαν άλλους που πρέπει να αποφεύγουν, ώστε να μην είναι «παχύσαρκοι» ή «ανορεξικοί». Όλες οι ομάδες έφτιαξαν έναν εννοιολογικό χάρτη στο [bubbl us](#), ανάλογα με το θέμα που είχε αναλάβει η καθεμία.



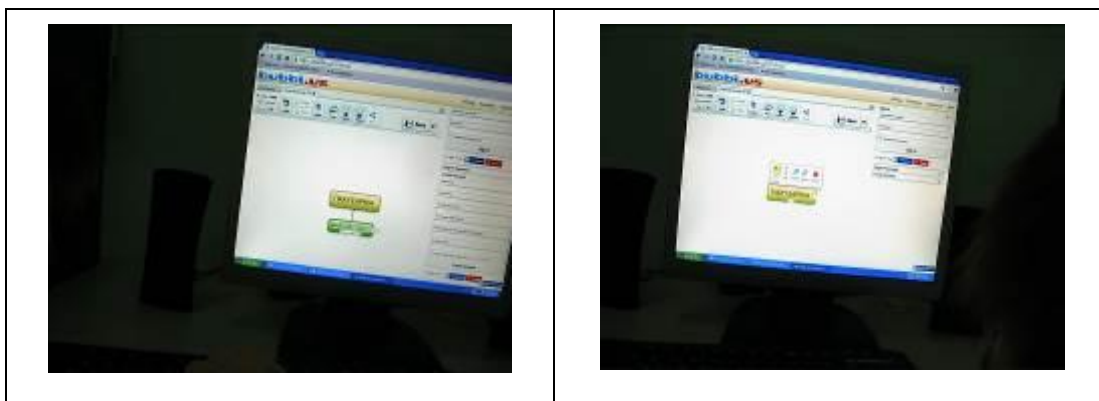
Αρχικά, διαμορφώθηκαν τέσσερις ομάδες, έτσι ώστε η καθεμία να αναλάβει και από ένα θέμα:

- Παχυσαρκία
- Ανορεξία
- Πρόσθετα τροφών και συντήρηση τροφίμων
- Δόντια

Τα μέλη της πρώτης ομάδας διάβασαν και πήραν πληροφορίες για τον όρο «παχυσαρκία», από το λεξικό του [ΚΕΓ](#) και του [Βικιλεξικού](#). Ακολούθως, αποκόμισαν γνώσεις και από μία σχετική [ιστοσελίδα](#) που είναι υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας, Διατροφής και Αθλητισμού, αφού πήγαν στο υπομενού Παιδική Παχυσαρκία> Συνέπειες για τη ζωή και την υγεία. Οι πληροφορίες αυτές προέρχονταν από αξιόπιστες πηγές και αξιοποιήθηκαν για τη δημιουργία εννοιολογικού χάρτη.

Αντίστοιχα, η δεύτερη ομάδα διάβασε ένα άρθρο για τον όρο «ανορεξία», από ένα διαδικτυακό περιοδικό για παιδιά που έχει τον τίτλο «[Παιδική ανορεξία και παιδική βουλιμία](#)». Η τρίτη ομάδα πήρε πληροφορίες από δύο ιστοσελίδες που αναφέρονταν στα πρόσθετα των τροφών και στη συντήρηση των τροφίμων. Η μια ανήκει στην Ένωση Καταναλωτών Βόλου και έχει τον τίτλο «[Επικίνδυνα πρόσθετα τροφίμων](#)» και η άλλη είναι ένα διαδικτυακό περιοδικό για τη γυναίκα και έχει τον τίτλο «[Συντηρητικά: Όχι στο παιδί μου](#)». Επειδή, τα άρθρα στις ιστοσελίδες ήταν πολύ μεγάλα, διαβάστηκαν κάποια αποσπάσματα από την εκπαιδευτικό, ώστε οι μαθητές/τριες να αντιληφθούν την προσέγγιση του θέματος και να εστιάσουν στις απαραίτητες πληροφορίες (Συνοδευτικό>υλικό>φάκελος>Συμβουλές_καλής_διατροφής).

Τεκμήρια

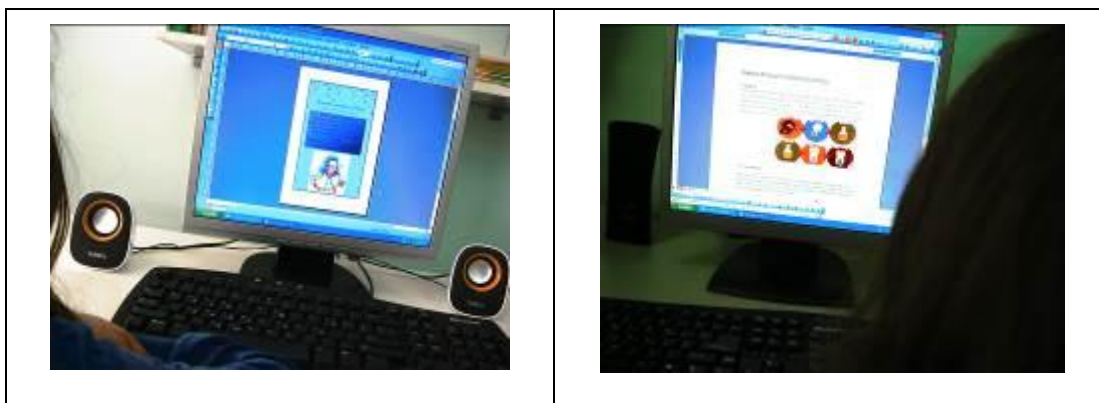


Η τελευταία ομάδα ασχολήθηκε με τα δόντια και πιο συγκεκριμένα με τις παθήσεις των δοντιών. Σύμφωνα με το σενάριο η εκπαιδευτικός είχε κατεβάσει από την προτεινόμενη [ιστοσελίδα](#) το εικονογραφημένο λεξικό «Το αλφαβητάρι των δοντιών», των: Ιωάννα Λύκα και Βούλα Παπαγιάννη και το είχε αποθηκεύσει στην επιφάνεια εργασίας στους υπολογιστές των ομάδων, ώστε να έχουν όλοι τη δυνατότητα να ξεφυλλίσουν το βιβλίο.

Οι μαθητές περιηγήθηκαν στο λεξικό, είδαν τις εικόνες, διάβασαν λήμματα σχετικά με τις ασθένειες, την υγιεινή των δοντιών και του στόματος. Τους ζητήθηκε στη συνέχεια να γράψουν ενδεικτικά κάποια σε ένα έγγραφο του Word. Ασχολήθηκαν με την τερηδόνα, την πέτρα, την υγιεινή του στόματος και με άλλους όρους που αναφέρονταν στα δόντια. Επίσης, έβαλαν σχετικές εικόνες στο έγγραφό τους.

Η δραστηριότητα συνεχίστηκε με την προβολή ενός [βίντεο](#), το οποίο παρείχε οδηγίες για το σωστό βούρτσισμα των δοντιών. Με σκοπό την εμπέδωση των όσων άκουσαν, οι μαθητές/τριες έγραψαν σε ένα έγγραφο τι πρέπει να κάνουν για το βούρτσισμα των δοντιών (Συνοδευτικό>υλικό>φάκελος>Εργασίες_δοντιών).

Τεκμήρια



13η & 14η διδακτική ώρα

Σε αυτό το δίωρο οι ομάδες των μαθητών/τριών έγραψαν «Το λεξικό της διατροφής» αντλώντας στοιχεία από το [Εικονογραφημένο Λεξικό](#) του Ψηφιακού σχολείου, για τις τάξεις Α΄, Β΄ και Γ΄. Ακολούθησε συζήτηση για τον τίτλο που έπρεπε να δώσουν οι μαθητές και ότι αυτός θα έπρεπε να σχετίζεται με τρόφιμα και φαγητά σωστής διατροφής. Προτάθηκαν αρκετοί και μετά από ψηφοφορία επικράτησε ο τίτλος «Τα υγιεινά τρόφιμα». Έπειτα, εξηγήθηκε ότι η κάθε ομάδα έπρεπε να συντάξει ένα κομμάτι του λεξικού, το οποίο θα περιλάμβανε λήμματα και εικόνες σχετικά με υγιεινά φαγητά, φρούτα και λαχανικά.

Για τη σύνταξη του λεξικού προτάθηκε να χωριστεί το σχολικό λεξικό σε πέντε κομμάτια και η κάθε ομάδα ανέλαβε να γράψει όσα λήμματα έβρισκε που σχετίζονταν με τροφές. Επιπλέον, είχαν τη δυνατότητα να εικονογραφήσουν τα λήμματα στα οποία αναφέρονταν. Η δραστηριότητα αυτή έγινε σε ένα απλό φύλλο χαρτί και όταν τελείωσαν όλες οι ομάδες, μία ανέλαβε να φτιάξει το εξώφυλλο του λεξικού σε έγγραφο του Word.

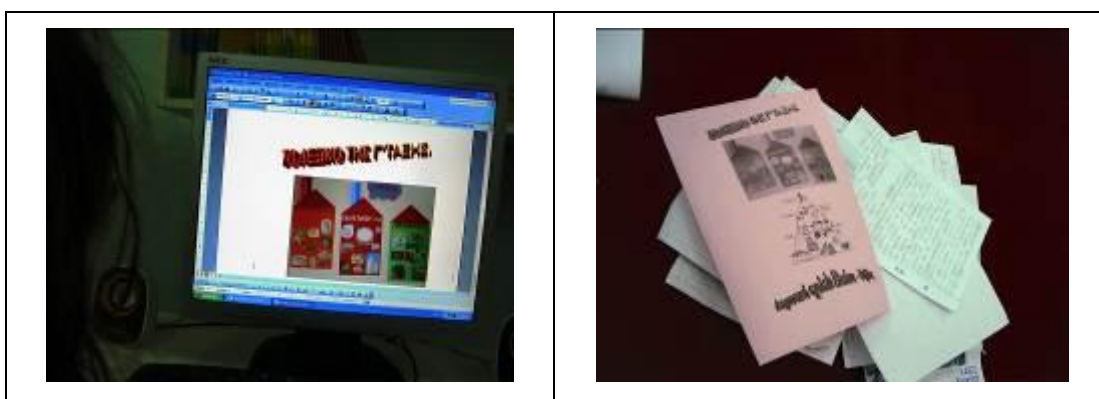
Τέλος, όλες οι ομάδες παρουσίασαν το κομμάτι της εργασίας που είχαν επιμεληθεί στην ολομέλεια της τάξης και οι υπόλοιπες άκουγαν τα λήμματα των άλλων ομάδων.

Η δραστηριότητα κρίνεται θετική, επειδή όλοι οι μαθητές ασχολήθηκαν με ένα μέρος του κομματιού, που στο τέλος παρουσιάστηκε ως μία ενιαία δημιουργική



ολότητα. Όλες οι ομάδες ευχαριστήθηκαν και απόλαυσαν το τελικό αποτέλεσμα. Επιπλέον, αναρτήθηκε στον πίνακα ανακοινώσεων της τάξης και προτάθηκε να συρραφεί και να κρατηθεί στη βιβλιοθήκη του σχολείου ως ένα χρήσιμο διατροφικό λεξικό.

Τεκμήρια



15η & 16η διδακτική ώρα

Μετά τη δημιουργία του διατροφικού λεξικού, ακολούθησε συζήτηση για τους κινδύνους που κρύβουν τα έτοιμα φαγητά και κυρίως εκείνα που αποκαλούνται «βρόμικο φαγητό» ή που παραγγέλνουν από πιτσαρίες και διάφορα άλλα του ίδιου είδους. Οι μαθητές ρωτήθηκαν «αν συνηθίζουν να τρώνε έξω, πόσο συχνά γίνεται αυτό, ποιες προτιμήσεις έχουν σε αυτά τα φαγητά και γιατί το κάνουν;». Οι περισσότεροι απάντησαν ότι «συνήθως βγαίνουν έξω το Σαββατοκύριακο και πηγαίνουν σε κάποια ταβέρνα με την οικογένειά τους, ενώ μέσα στην εβδομάδα παραγγέλνουν ένα βραδινό γεύμα απ' έξω και αυτό είναι γύρος, σουβλάκι ή πίτσα. Αρκετές φορές τρώνε σε αλυσίδα έτοιμων εστιατορίων τύπου “goodys”, επειδή μαζί με το γεύμα τούς παρέχουν και κάποιο δωράκι, που τούς ευχαριστεί ιδιαίτερα».

Το σκεπτικό των ερωτήσεων αυτών, ήταν η αφορμή για να διαβάσουν στη συνέχεια ένα σχετικό [άρθρο](#), που αναφερόταν στα «παιδικά γεύματα» των fast food και να αντιληφθούν ότι τα παιδιά για τη βιομηχανία τροφίμων είναι ο καταναλωτής-στόχος, που εκπαιδεύεται, έτσι ώστε να συνηθίσει στη συγκεκριμένη γεύση από



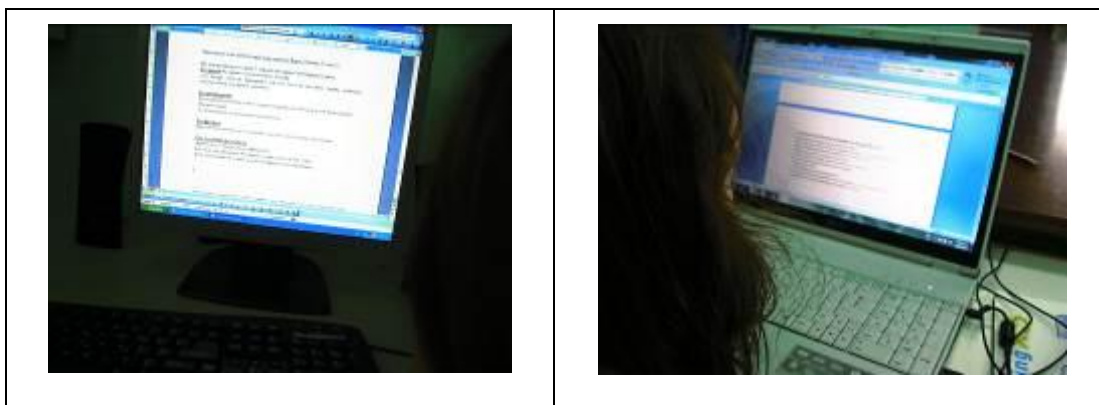
μικρή ηλικία και να γίνει ο μελλοντικός πιστός πελάτης τους.

Μετά την ανάγνωση του άρθρου οι μαθητές/τριες, απάντησαν ότι «ήταν γραμμένο από τον διευθυντή του Ενδοκρινολογικού Τμήματος του Νοσοκομείου Παίδων «Π. & Α. Κυριακού» σε συνεργασία με έναν κλινικό διαιτολόγο – διατροφολόγο, άρα ήταν δύο αξιόπιστες πηγές που μπορούσαν να εμπιστευτούν». Διαπίστωσαν από τον τίτλο ότι «το άρθρο απευθυνόταν στους γονείς», ο οποίος έγραφε: «Έχετε αναρωτηθεί ποτέ γιατί οι αλυσίδες Fast Food έχουν «παιδικά γεύματα» και τι τα κάνει διαφορετικά από εκείνα για τους μεγάλους; Γνωρίζετε πόσα πρέπει να καταναλώνουν τα παιδιά μας το μήνα;» Στο συμπέρασμα στο οποίο κατέληξαν ήταν ότι: «Στην ουσία δεν υπάρχουν ειδικά γεύματα για παιδιά. Αυτό που τα διαφοροποιεί από εκείνα των ενηλίκων είναι το μέγεθος, η συσκευασία και το δώρο, που τα κάνουν πιο όμορφα και ελκυστικά στα μάτια των παιδιών». Επιπλέον, αντιλήφθηκαν ότι οι βλαβερές επιπτώσεις στον οργανισμό και στην υγεία τους θα είναι πολύ περισσότερες στο μέλλον, διότι ο εθισμός στις τροφές αυτές θα τους οδηγήσει αναμφίβολα στην παχυσαρκία.

Στη συνέχεια οι ομάδες οδηγήθηκαν στην [ιστοσελίδα](#), διάλεξαν ένα γεύμα και υπολόγισαν τις θερμίδες του γεύματος, αν το έπαιρναν τρεις φορές την ημέρα. Από τις μετρήσεις που έκαναν κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι θερμίδες που θα έπαιρναν ήταν πολύ περισσότερες από αυτές που προτείνονται (1600 θερμίδες) για ένα παιδί, άρα «μία συχνή διατροφή με έτοιμες τροφές θα μας οδηγήσει με μαθηματική ακρίβεια στο να πάρουμε βάρος».

Κλείνοντας, οι μαθητές/τριες έγραψαν τις προτάσεις τους σε φίλους που θα ήθελαν να χάσουν βάρος ή να το διατηρήσουν αν κάποιοι ήταν υπέρβαροι, αφού χωρίστηκαν οι ομάδες ανά δύο. Στις δραστηριότητες που πραγματοποίησαν τα παιδιά συνεργάστηκαν, ενώ η παροχή βοήθειας από την εκπαιδευτικό ήταν άμεση όπου χρειαζόνταν (Συνοδευτικό>υλικό>Προτάσεις_σε_φίλους).

Τεκμήρια



17η & 18η διδακτική ώρα

Στο δίωρο αυτό οι μαθητές/-τριες ασχολήθηκαν με κανόνες καλής διατροφής. Χωρισμένοι σε τέσσερις ομάδες διάβασαν τις ιστοσελίδες που αναφέρονταν:

- στον [δεκάλογο της έξυπνης διατροφής](#) του Ε. Μπλέτσα
- στο [δεκάλογο υγιεινής διατροφής](#), γραμμένο από μία διαιτολόγο – διατροφολόγο
- τα [δέκα βήματα για υγιεινή διατροφή](#), ενός διαιτολόγου – διατροφολόγου
- τους [κανόνες υγιεινής διατροφής](#), ενός διαιτολόγου – διατροφολόγου

Το σκεπτικό της δραστηριότητας αυτής ήταν να εξοικειωθούν οι μαθητές/τριες με τους χρόνους των ρημάτων (χρήση να + Ενεστώτας) και το πρόσωπο (α' πρόσωπο). Επιπλέον, ρωτήθηκαν για τα φαγητά που τους προτείνουν οι γονείς τους να τρώνε, αν έχουν ένα καλό πρωινό και αν γυμνάζονται. Οι περισσότεροι απάντησαν ότι «τρώμε ένα γερό πρωινό που αποτελείται από γάλα, δημητριακά και κάποιο φρούτο, στο σχολείο κουλούρι ή γιαούρτι ή ένα τοστ, για μεσημεριανό ένα γεύμα που αποτελείται από πρωτεΐνες και σαλάτα, ένα απογευματινό με φρουτοσαλάτα και ξηρούς καρπούς και για βραδινό σουβλάκι γαλοπούλας ή πίτα με χοιρινό». Τα περισσότερα παιδιά ασχολούνται με εξωσχολικές δραστηριότητες: παραδοσιακοί χοροί, γυμναστική, μπαλέτο, ποδήλατο, μπάσκετ και ποδόσφαιρο. Στο τέλος, η κάθε ομάδα παρουσίασε στην ολομέλεια της τάξης τη



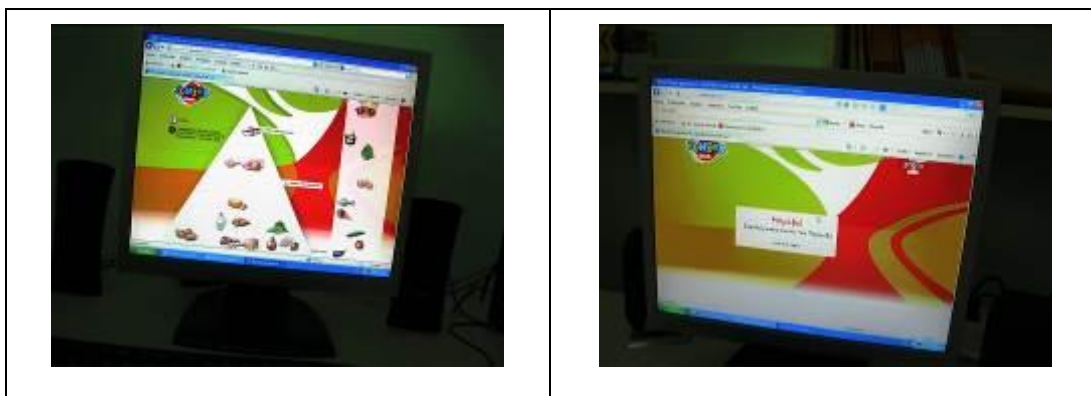
διορθωμένη εργασία και κατέληξαν στον πίνακα της ομάδας Γ', ως τον πιο κατάλληλο για την ηλικία τους (Συνοδευτικό>υλικό>Κανόνες_καλής_διατροφής)

Τεκμήρια



Την επόμενη ώρα από το δίωρο αυτό οι μαθητές/τριες ψυχαγωγήθηκαν με διαδικτυακές πυραμίδες. Χρησιμοποιήθηκαν με στόχο να αντιληφθούν ότι είναι μία μορφή οδηγιών σωστής διατροφής με εικονικό τρόπο, ώστε οι οδηγίες να γίνουν πιο εύκολα αντιληπτές και έτσι να τις συγκρατήσουν ευκολότερα στη μνήμη τους. Αρχικά, μελέτησαν τη διατροφική πυραμίδα της σ. 40 (ΒΜ3) του σχολικού βιβλίου της Γλώσσας και διάβασαν το κείμενο. Στη συνέχεια μελέτησαν ένα [άρθρο](#) και ένα επιπλέον που αφορούσε τη [μεσογειακή πυραμίδα](#), με στόχο να πάρουν όσο περισσότερες πληροφορίες και να παίξουν ένα [on line παιχνίδι](#), για να δούμε αν συγκράτησαν το επίπεδο της πυραμίδας στο οποίο μπαίνει η κάθε τροφή. Τα αποτελέσματα της συμπλήρωσης της πυραμίδας έδειξαν ότι οι μαθητές κατανόησαν τα επίπεδα στα οποία χωρίζονταν τα τρόφιμα και τις κατηγορίες στην οποία ανήκε το καθένα.

Τεκμήρια



19η–21η διδακτική ώρα

Κατά το πρώτο δίωρο οι μαθητές ασχολήθηκαν με μουσικές, ζωγραφιές και συνταγές για τροφές. Από την [ιστοσελίδα](#) που προτείνεται, τα παιδιά είδαν και άκουσαν τραγούδια που σχετίζονταν με τα τρόφιμα. Οι τίτλοι που σημειώθηκαν ήταν: « [Η παρέλαση των φρούτων](#)» του Σ. Πετρουλάκη και «[Ο χορός των μπιζελιών](#)» από το cd «Εδώ Λιλιπούπολη». Στη συνέχεια ζωγράφισαν τις διατροφικές πυραμίδες (Συνοδευτικό>υλικό>φάκελος>Ζωγραφιές_Πυραμίδα) και έγραψαν ένα κείμενο για τη σωστή διατροφή που πρέπει να ακολουθούν όλοι, για να έχουν υγεία και μακροζωία (Συνοδευτικό>υλικό>φάκελος>εργασίες_διατροφή). Τέλος, οι ομάδες επισκέφτηκαν την ιστοσελίδα «[οι συνταγές της παρέας](#)» και επέλεξαν από μία διαφορετική συνταγή η καθεμιά. Πρώτα συζητήθηκε ότι κάθε συνταγή αποτελείται από δύο σκέλη (υλικά και εκτέλεση) και αφού οι ομάδες χωρίστηκαν ανά δύο, ξαναέγραψαν τις διπλάσιες ποσότητες των υλικών, για την κάθε συνταγή που είχαν επιλέξει και έκαναν τις απαραίτητες αλλαγές στους χρόνους των ρημάτων και στα πρόσωπα.

Η αξιολόγηση της δραστηριότητας κρίνεται θετικά, επειδή οι μαθητές/τριες χρησιμοποίησαν τον επικοινωνιακό διάλογο, επικοινωνήσαν και συνεργάστηκαν μέχρι να καταλήξουν στην αρίθμηση των προτάσεων, στον υπολογισμό των ποσοτήτων των υλικών και τέλος, συνεννοήθηκαν για την παρουσίαση της εργασίας τους στην ολομέλεια της τάξης (Συνοδευτικό>υλικό>φάκελος>Συνταγές).

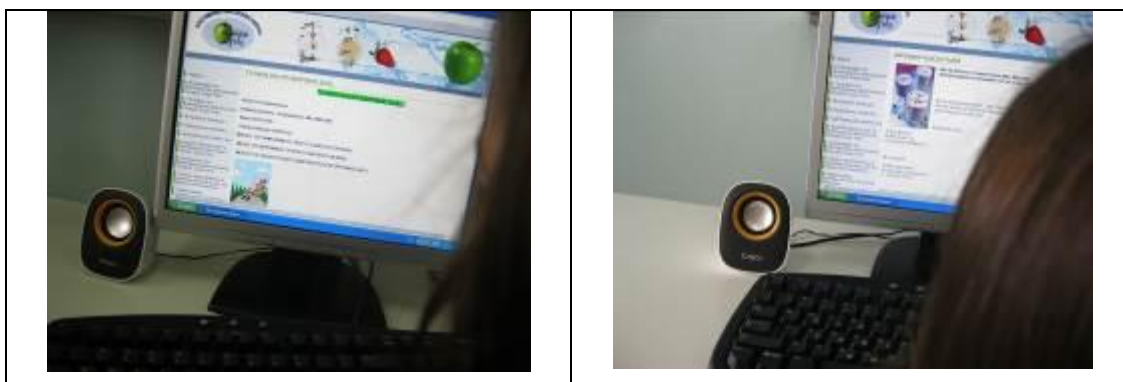


Τεκμήρια



Η τελευταία ώρα του τριώρου αυτού, είχε παιγνιώδη χαρακτήρα και αξιοποιήθηκε με τη συμπλήρωση ενός διαδικτυακού [διατροφικού κουίζ](#) για παιδιά, το οποίο ήταν αναπροσαρμοσμένο από τον Πανελλήνιο Σύλλογο Διαιτολόγων και βρίσκεται στην ιστοσελίδα του Επιστημονικού Διαιτολογικού Κέντρου της Κ. Γιαννιτσοπούλου. Οι ομάδες συμπλήρωσαν το τεστ και από τη μέτρηση των βαθμών αποδείχτηκε ότι οι περισσότεροι/-ες μαθητές/-τριες είχαν 22-30 βαθμούς. Αυτό σημαίνει ότι η διατροφή των παιδιών είναι σωστή και θα τα βοηθήσει να έχουν ένα σώμα γεμάτο ενέργεια και δύναμη στη ζωή τους.

Τεκμήρια





22η & 23η διδακτική ώρα

Στο τελευταίο δίωρο της εφαρμογής του σεναρίου, οι μαθητές/-τριες δραστηριοποιήθηκαν στην παραγωγή πολυτροπικών κειμένων, με την κατασκευή προσκλήσεων, ώστε να προετοιμάσουν την τελική εκδήλωση του προγράμματος.

Οι τέσσερις ομάδες έφτιαξαν τις προκλήσεις τους με το πρόγραμμα Microsoft Office Publisher, διαλέγοντας κάποιο από τα έτοιμα πρότυπα προσκλήσεων του προγράμματος. Η κάθε ομάδα έφτιαξε τη δική της πρόσκληση. Αυτές απευθύνονταν προς τους γονείς και κηδεμόνες, προς την Κ. Σχολική Σύμβουλο, τη Διευθύντρια του σχολείου και στον Κ. Δήμαρχο της πόλης. Για την κατασκευή των προσκλήσεων, επισημάνθηκε η κύρια δομή του κειμένου αυτού, με τα βασικά χαρακτηριστικά, τις πληροφορίες και το ύφος που έπρεπε να συμπεριλάβουν, ώστε η καθεμία να διαφέρει ανάλογα με τον παραλήπτη. Τέλος, οι ομάδες εισήγαγαν και μια φωτογραφία, ανάλογη του κειμένου που είχαν γράψει (Συνοδευτικό>υλικό>φάκελος>Προσκλήσεις).

Η τελική παρουσίαση του προγράμματος της διατροφής με τις δραστηριότητες των μαθητών, συμφωνήθηκε να γίνει στο τέλος της σχολικής χρονιάς.

Τεκμήρια





ΣΤ. ΦΥΛΛΟ/-Α ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Βλ. συνημμένο φάκελο.

Ζ. ΆΛΛΕΣ ΕΚΔΟΧΕΣ

Δεν αναφέρονται στο σενάριο.

Η. ΚΡΙΤΙΚΗ

Κατά την πραγματοποίηση των δραστηριοτήτων διαπιστώθηκε ότι:

- Οι μαθητές άσκησαν δεξιότητες με τους νέους γραμματισμούς και επιτεύχθηκαν οι στόχοι του σεναρίου.
- Πολλές ιστοσελίδες από τις προτεινόμενες του σεναρίου, δε λειτουργούσαν με αποτέλεσμα να απαιτηθεί περισσότερος χρόνος από την εκπαιδευτικό που το εφάρμοσε να βρει σχετικές με το θέμα που επεξεργάζονταν οι μαθητές. Ο έλεγχος βέβαια γινόταν από πριν, αλλά αυτό δεν ήταν εύκολο.
- Δεν εφαρμόστηκαν όλες οι δραστηριότητες, διότι οι μαθητές είχαν εργαστεί σε παρόμοιο θέμα: «Εξερευνώντας τις διατροφικές πυραμίδες» της Σ. Κολοσίδου, στο οποίο αναπτύχθηκαν οι δραστηριότητες με το ερωτηματολόγιο της διατροφής, τα γραφήματα από τις μετρήσεις των ερωτηματολογίων, η χρονογραμμή με τις πυραμίδες και η αφίσα της διατροφής. Για το λόγο αυτό δε δραστηριοποιήθηκαν στο συγκεκριμένο σενάριο.
- Οι μαθητές αρκετές φορές έδειχναν κουρασμένοι και δυσαρεστημένοι, ακριβώς γιατί υπήρχαν ιστοσελίδες τις οποίες είχαν επισκεφτεί στο προηγούμενο σενάριο και αυτό τους ήταν κουραστικό.
- Αρκετές από τις προτεινόμενες δραστηριότητες απαιτούσαν η εκπαιδευτικός να δίνει οδηγίες ή να βρίσκεται ταυτοχρόνως σε όλες τις ομάδες, πράγμα αδύνατον, γιατί η κάθε ομάδα είχε διαφορετικό θέμα. Για το λόγο αυτό η



εκπαιδευτικός επέλεξε όλες οι ομάδες να ασχοληθούν με το ίδιο θέμα ή στο ίδιο εργαλείο ή χώριζε το θέμα σε υποενότητες.

- Η τελική αξιολόγηση έδειξε ότι οι μαθητές χρησιμοποίησαν με πολύ ενθουσιασμό τις νέες τεχνολογίες και κινητοποίησαν το ενδιαφέρον τους.
- Η θεματική ενότητα της διατροφής εμπεδώθηκε και οι μαθητές υποσχέθηκαν μία σωστή και υγιεινή διατροφή για το μέλλον τους.

Θ. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Διαδραστικά σχολικά βιβλία, *Τα απίθανα μολύβια*. Βιβλίο μαθητή, γ' τεύχος.

<http://ebooks.edu.gr/modules/ebook/show.php/DSDIM-C105/702/4636.20982/>