

# 122<sup>ο</sup> ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

( ολοήμερο τμήμα )

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΚΑΙ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

<< Από το φύτεμα στο πιάτο μου >>

Εκπόνηση από Ιανουάριο 2012 – Ιούνιο 2013 από τις νηπιαγωγούς :

**Γούβαλη Αικατερίνη - Καραμπούλα Αικατερίνη**



# ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΙ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

## << Από το φύτεμα στο πιάτο μου>>.

Η υλοποίηση του προγράμματος ακολουθεί σαν συνέχεια του πρότζεκτ << Τρέφομαι υγιεινά, πλένω τα δόντια μου καλά>> που ολοκληρώθηκε πριν τα Χριστούγεννα.

### Αφόρμηση

Η εμπειρία μιας ηρωίδας παραμυθιού της “Κολοτούμπας” και πόσο την επηρέασε ο τρόπος διατροφής της στην υγεία και την άθλησή της έδωσε την ευκαιρία να εστιάσουμε στο θέμα της διατροφής σε δύο άξονες α) την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, εάν και πόσο συχνά τα επιλέγουν στο καθημερινό τους διαιτολόγιο και β) εάν μπορούμε να φυτέψουμε στο σχολείο και ίσως να φάμε τα δικά μας λαχανικά.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε ομάδα 22 νηπίων και θα υλοποιηθεί με τη μέθοδο πρότζεκτ. Έχει ζητηθεί η συνδρομή των γονέων και έχουμε τη διαβεβαίωση ότι θα συμμετέχουν σε όλη την πορεία της υλοποίησης.

Όλες οι δραστηριότητες θα υλοποιούν τους στόχους του Αναλυτικού Προγράμματος και θα πραγματοποιούνται κατά βάση από ομάδες νηπίων και στην ολομέλεια και κατά περίπτωση ατομικά.

Οι δραστηριότητες θα φωτογραφηθούν και θα βιντεοσκοπηθούν και θα λάβουν αντίγραφα οι γονείς των νηπίων. Επίσης ένας αριθμός φωτογραφιών θα αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του σχολείου- όταν δημιουργηθεί – χωρίς να διακρίνονται καθαρά τα πρόσωπα των παιδιών.

## ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Να εργάζονται σε ομάδες με υπευθυνότητα για να επιτύχουν τον κοινό στόχο της ολοκλήρωσης του προγράμματος και να εμπεδώσουν την αξία της ομαδικής εργασίας και της από κοινού επίτευξης του στόχου.

Να συμμετέχουν στη διαδικασία της λύσης και να μπορούν να προτείνουν λύσεις σε προβλήματα που ανακύπτουν στην πορεία υλοποίησης του προγράμματος, καταθέτοντας ιδέες αλλά και προσωπική εργασία.

Να εξοικειωθούν με βασικές ερευνητικές διαδικασίες όπως η φωτογράφιση, η βιντεοσκόπηση, κ λ π

Να προτείνουν ,να επιχειρηματολογήσουν γιατί επιλέγουν να φυτέψουμε ένα λαχανικό ή φρούτο, να συνειδητοποιήσουν τη διαδικασία παραγωγής του και να εμπλακούν ενεργά σε αυτή σε όλα τα στάδιά της.

Να συνειδητοποιήσουν τη σημασία των λαχανικών και των φρούτων στη διατροφή μας και να αυξήσουν την πρόσληψή τους στο καθημερινό τους διαιτολόγιο.

Να χρησιμοποιήσουν διάφορα υλικά για να κατασκευάσουν<< λαχανικά και φρούτα>> και να χρησιμοποιήσουν πραγματικά λαχανικά για να τα χρησιμοποιήσουν με ευφάνταστο τρόπο στα πλαίσια της θεατρικής τέχνης, της πλαστικής της ζωγραφικής κλπ αναπτύσσοντας τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους.

Να εμπλακούν οι γονείς των νηπίων ενεργά δημιουργώντας εδέσματα κατασκευασμένα από λαχανικά και φρούτα με συνταγή από την ιδιαίτερη πατρίδα τους μαζί με τα νήπια στο σπίτι.

Να παρουσιάσουν το πρόγραμμα στους γονείς και τους φίλους τους και να νιώσουν ικανοποίηση από την επιβράβευση της προσπάθειάς τους.

Να χαίρονται το αποτέλεσμα και να προστατεύουν το προϊόν της συλλογικής εργασίας τους.

## ΑΞΟΝΕΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Τα νήπια σε ολομέλεια προτείνουν και οι νηπιαγωγοί καταγράφουν τις ιδέες τους για το τι θα ήθελαν να κάνουμε ,τι θα ήθελαν να συνεχίσουμε από το πρότζεκτ τις διατροφής και τι θα ήθελαν να φυτέψουμε στον κήπο μας.

Οι καταγραφές μας συνόψισαν τις προτάσεις των παιδιών ως εξής:

Να συζητήσουμε:

- Τι μου αρέσει να τρώω
- Υγιεινές – ανθυγιεινές τροφές
- Προέλευση της τροφής
- Ο κόσμος των φυτών
- Ποια φυτά μπορούμε να φυτέψουμε στο σχολείο
- Φύτεμα και φροντίδα των φυτών μας

Να παίξουμε:

- Θέατρο
- Κουκλοθέατρο
- Να διαβάσουμε βιβλία και παραμύθια
- Να φροντίσουμε τα φυτά μας και να τα μαγειρέψουμε
- Να μαγειρέψουν και οι γονείς μας

## Τι μου αρέσει να τρώω;

Με αφορμή σχόλια που γίνονται στο πρωινό και το μεσημεριανό φαγητό που προετοιμάζουν οι γονείς των νηπίων και καταναλώνουν στο σχολείο ζητάμε από τα παιδιά να μας περιγράψουν το πρωινό τους .

**Δραστηριότητα** Τα παιδιά παροτρύνονται να χρησιμοποιήσουν από το κουκλόσπιτο πιατάκια, κουτάλια, φρούτα, δημητριακά, γάλα και το καθένα να παρουσιάσει στην ολομέλεια το αγαπημένο του πρωινό.(μελέτη περιβάλλοντος, μαθηματικά, γλώσσα)

**Δραστηριότητα** Τα παιδιά σχεδιάζουν σε φύλλο εργασίας το πρωινό που προτιμούν μέσα σε ένα πιάτο και το ρόφημα που συνηθίζουν να πίνουν σε μια κούπα ή σε ποτήρι για να ξεκινήσουν την μέρα τους. Το ίδιο συμβαίνει και με το γεύμα και το δείπνο τους( γλώσσα, τέχνες)

## Υγιεινές – ανθυγιεινές τροφές

**Δραστηριότητα** Τα νήπια διαχωρίζουν τις τροφές σε φύλακες της υγείας μας ή όχι (έχουμε ήδη μιλήσει και κάνει δραστηριότητες με τα νήπια πριν τα Χριστούγεννα για τη διατροφή την διατροφική πυραμίδα και την υγιεινή του στόματος και των δοντιών και έχουν κατανοήσει ποια τρόφιμα μας κάνουν υγιείς και δυνατούς και ποια όχι. (μεταγνωστικές ,μαθηματικά)

**Δραστηριότητα** Τα παιδιά επιλέγουν και κόβουν μέσα από περιοδικά με είδη διατροφής, τρόφιμα που στη συνέχεια τα κατατάσσουν σε ένα πίνακα που αφορά υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές.(μαθηματικά)

## Προέλευση της τροφής

**Δραστηριότητα** . Συζητάμε με τα παιδιά από πού παίρνουμε την τροφή μας και καταλήγουμε σε δύο μεγάλες ομάδες τα ζώα και τα φυτά.(γλώσσα)

Μετά από ανταλλαγή ιδεών αποφασίζουμε να κάνουμε το σχολείο μας χώρο που θα δημιουργήσουμε τροφή που θα μπορέσουμε να φάμε. (γλώσσα)

Η εκτροφή ζώου είναι αδύνατη, για λόγους υγιεινής, και συναισθηματικούς λόγους (πώς μπορεί κανείς να φάει ένα ζωάκι που το έχει μεγαλώσει;) Επομένως θα ασχοληθούμε με τον κόσμο των φυτών. Τι θα μπορούσαμε να φυτέψουμε στο σχολείο μας; Πού; Πότε; Πώς;

**Δραστηριότητα** Τα νήπια διαχωρίζουν εικόνες από τρόφιμα ζωικής ή φυτικής προέλευσης σε δύο ομάδες αντίστοιχα σε φύλλο εργασίας. Επίσης παίζουμε λεκτικά παιχνίδια <<ποια ζώα παράγουν γάλα>> <<από ποια πουλιά έχετε φάει αυγά;>> <<πώς λέγεται το δένδρο που ο καρπός του είναι....>> ( μαθηματικά, γλώσσα)

## Ο κόσμος των φυτών

**Δραστηριότητα** Δίνουμε στα νήπια πολλές εικόνες με δένδρα, πόες, βλαστούς, ρίζες, βολβούς. Ζητάμε από τα παιδιά να αναγνωρίσουν όσα από αυτά μπορούν Είναι σχετικά εύκολο διότι στα δένδρα και τις πόες φαίνονται οι καρποί καθαρά και τα παιδιά ορίζουν <<είναι μηλιά γιατί έχει μήλα>>.(μελέτη περιβάλλοντος μαθηματικά)

**Δραστηριότητα** . Διαχωρίζουμε τα δέντρα σε καρποφόρα που τα καλλιεργούμε και παίρνουμε τους καρπούς τους, (αχλαδιά, πορτοκαλιά, αμυγδαλιά κλπ.) και σε άλλα που φυτρώνουν μόνα τους στη φύση όπως (έλατο, πεύκο, βελανιδιά, λεύκα, κα) που αποτελούν σπίτι και τροφή για πουλιά και ζώα.

Τα παιδιά προτείνουν να φυτέψουμε τα κουκούτσια από τα μήλα, τα πορτοκάλια και άλλα φρούτα που φέρνουν στο πρωινό τους. Συναποφασίζουμε ότι στην αυλή μας στην παρούσα φάση δεν μπορεί να φυτέψουμε δέντρο ούτε η τάξη μας είναι ο κατάλληλος χώρος για να μεγαλώσει ένα δέντρο.(μαθηματικά, γλώσσα)

## Θεατρικό δρώμενο

**Δραστηριότητα** . Τα παιδιά αποφασίζουν να ντυθούν δέντρα και επιλέγουν τι δένδρο θα ήθελε το κάθε ένα να γίνει. Διαλέγουν υφάσματα και τα φορούν και μάσκα στο πρόσωπο σε χρώματα ανάλογα με τον καρπό του δέντρου.

Στρώνουμε καφέ χρώματος ύφασμα για χώμα, και τα παιδιά δέντρα- καρποφόρα στέκονται ακίνητα πάνω στο χώμα ,κινούνται όταν τα φυσά ο αέρας και λυγίζουν τα κλαδιά τους .Έρχεται ο γεωργός και τα σκαλίζει ,τα ποτίζει και στο τέλος μαζεύει και μετράει τους καρπούς.

Στη συνέχεια άλλα παιδιά που έχουν επιλέξει δένδρα που δεν τρώμε τους καρπούς τους πχ. δένδρα του δάσους αφού διαλέξουν τα υφάσματα και τις μάσκες τους στέκονται στο χώμα κινούν στο ρυθμό της μουσικής τα φύλλα και τον κορμό τους προσφέρουν τη δροσιά τους στους ανθρώπους που ξεκουράζονται στον ίσκιο τους , και τροφή στα ζώα, τα πουλάκια, τα σκιουράκια κλπ (τέχνες)

## Τι μπορούμε να φυτέψουμε

**Δραστηριότητα** Συζητάμε με τα παιδιά για τα μικρότερα φυτά, θάμνους, πόες, που μας δίνουν τροφή και που θα μπορούσαμε να φυτέψουμε στο σχολείο και μέσα στην τάξη μας. Παρατηρούμε εικόνες από λαχανικά όπως η αγγουριά, η ντοματιά, η μελιτζάνα, που έχουν χαμηλό ύψος (το ορίζουμε στο ύψος των νηπίων)και φρούτα πχ. αμπέλι, φράουλα, καρπούζι, πεπόνι.

Τα παιδιά αναφέρουν τις γεύσεις που τους αρέσουν, ποια εποχή υπάρχουν τα συγκεκριμένα φρούτα και λαχανικά αναφέρονται και στους ξηρούς καρπούς και πόσο σημαντικοί είναι για την υγεία μας.

Βλέπουμε εικόνες από ρίζες και βολβούς όπως πατάτα, καρότο, παντζάρι, που ο καρπός τους είναι μέσα στο χώμα, και μιλούν για τις γεύσεις και τις εμπειρίες που κάποια έχουν από το φύτεμα και τη συγκομιδή καρπών με τους παππούδες τους. Τα παιδιά παίζουν με τις εικόνες, τοποθετούν σωστά τις καρτέλες με τα ονόματα και συζητούν για τα φρούτα και τα λαχανικά. (γλώσσα)

## Θεατρικό δρώμενο

**Δραστηριότητα** Τα παιδιά που δεν ντύθηκαν πριν, επιλέγουν υφάσματα και μάσκες που έχουν χρώματα παρόμοια με καρπούς φυτών και φρούτων με χαμηλό ύψος και ριζών φορούν τα υφάσματα, <<φυτεύονται στο χώμα>>, τα σκαλίζουν και τα ποτίζουν οι γεωργοί, μεγαλώνουν, βγάζουν καρπούς, κλπ.(τέχνες)

**Δραστηριότητα** Κατασκευάζουμε με τα παιδιά πίνακα καταγραφής και γράφημα των προτιμήσεών μας στις γεύσεις των λαχανικών και των φρούτων . Τα νήπια μετρούν και καταγράφουν των αριθμό των συμμαθητών τους που τους αρέσει ένα φρούτο ή λαχανικό που αυτά επέλεξαν αρχικά. Ύστερα ζωγραφίζουν τις στήλες των λαχανικών πράσινες και των φρούτων κόκκινες. (μαθηματικά)

**Δραστηριότητα** Χρησιμοποιώντας κοφτά μακαρονάκια, τα παιδιά σχηματοποιούν φρούτα και λαχανικά τα οποία βάζουν με τέμπρες και τα κολλάνε πάνω σε ένα μεγάλο χαρτόνι όπου μορφοποιούν και ζωντανεύουν όσα τους αρέσουν. (τέχνες)

**Δραστηριότητα** Χρησιμοποιώντας την επιφάνεια μιας κομμένης πατάτας σχηματίζουμε ένα σχέδιο φρούτου και επαναλαμβάνουν τα παιδιά το μοτίβο με τη βοήθεια τέμπρας σε επιφάνεια εργασίας 4 μεγάλων χαρτονιών που αφορά τις 4 ομάδες που έχουν χωριστεί τα παιδιά.(τέχνες, μαθηματικά)

**Δραστηριότητα** Επιλογή κατασκευής μιας συνταγής ζαχαροπλαστικής με βάση την ονομασία που αναγράφεται πάνω στα υλικά. Στη ζωγραφική αυτή που θα κάνουν τα παιδιά καλούνται να επιλέξουν τα υλικά με βάση την αντιστοίχιση της ονομασίας τους και της εικόνας τους.

## Φύτεμα

**Δραστηριότητα** Επειδή η αυλή μας δεν είναι κατάλληλη για φύτεμα λόγω της κακής ποιότητας χώματος και περιττωμάτων αδέσποτων ζώων, επιλέγουμε στην τάξη μας την πιο ηλιόλουστη γωνιά μας που βρίσκεται δίπλα σε ανοιγόμενο παράθυρο.

Μεταφέρουμε από εκεί το <<μαγαζάκι μας>> σε άλλη γωνιά, και φτιάχνουμε τη νέα γωνιά με τα φυτά μας. Πάνω σε ένα τραπέζι τοποθετούμε μεγάλες γλάστρες και ζαρντινιέρες ,στις οποίες θα φυτέψουμε τα λαχανικά μας. Ξεκινάμε βάζοντας χώμα στην πρώτη γλάστρα στην οποία θα φυτέψουμε φακές, γιατί αφενός



φυτρώνουν γρήγορα και αφετέρου γιατί οι φακές που είχαμε φυτέψει το Νοέμβριο (την 21<sup>η</sup> της Παναγίας της Μεσοσπορίτισσας) είχαν ξεραθεί το διάστημα των Χριστουγέννων που δεν ποτίστηκαν.

Τα παιδιά ανακατεύουν το χώμα καλά, ρίχνουν μέσα τις φακές τις σκεπάζουν με λίγο χώμα, τις ποτίζουν και τοποθετούμε τη γλάστρα στη γωνιά που έχουμε διαμορφώσει.

Στη συνέχεια τοποθετούμε τις γλάστρες και τις ζαρντινιέρες στη σειρά με το χώμα τους έτοιμες να τοποθετήσουμε τους σπόρους. Έχουμε αγοράσει σπόρους που είναι κατάλληλοι για φύτεμα αυτή την εποχή ( Φεβρουάριος).

Αυτό το διαπιστώνουμε με τα παιδιά κοιτάζοντας το πίσω μέρος των φακέλων όπως επίσης διαβάζουμε και τις υπόλοιπες πληροφορίες σχετικά με το πόσο συχνά χρειάζεται πότισμα, πότε θα φυτρώσουν οι σπόροι, πότε θα δούμε καρπούς κλπ. Τα παιδιά εκτός από τις φακές , φυτεύουν άνηθο, μαιντανό, κρεμμύδι, πατάτα, καρότο, ραπανάκι και μεταφυτεύουμε από μικρό γλαστράκι ντομάτες και μικρά μαρούλια. Τα σκεπάζουμε με χώμα, τα ποτίζουμε και περιμένουμε να φυτρώσουν. (μελέτη περιβάλλοντος, γλώσσα)

## Θεατρικό δρώμενο

**Δραστηριότητα.** Όλα τα παιδιά- εκτός από δύο που είναι ο ήλιος και η βροχή επιλέγουν τι φρούτο ή λαχανικό θέλουν να είναι, διαλέγουν αντίστοιχα υφάσματα με τον καρπό τους τυλίγονται με αυτά και μεταμορφώνονται σε σπόρους που είναι κάτω στη γη. Ο ήλιος τα ζεσταίνει ,η βροχή τα ποτίζει και αυτά σιγά -σιγά βγαίνουν από το χώμα. Έχουν πια φυτρώσει.(τέχνες)

## Πίνακας ποτίσματος

**Δραστηριότητα** Κατασκευάζουμε με τα παιδιά τον πίνακα ποτίσματος των φυτών μας και αποφασίζουμε να τα ποτίζουμε κάθε τρεις- τέσσερις μέρες όπως διαβάσαμε στο φάκελο με τους σπόρους και να σημειώνουν την ημέρα. Επίσης κατά τη διάρκεια των διακοπών του Πάσχα η νηπιαγωγός αναλαμβάνει την ευθύνη να ποτίζει τα φυτά για να μην ξεραθούν.(μελέτη περιβάλλοντος, μαθηματικά)

## Επίσκεψη

**Επίσκεψη περιβαλλοντολόγου** στο νηπιαγωγείο. Ο πατέρας ενός νηπίου μας είναι περιβαλλοντολόγος και προθυμοποιείται να έρθει στο νηπιαγωγείο και να μιλήσει στα παιδιά για τα φυτά ,την ανάπτυξή τους, τι χρειάζεται για να μεγαλώσουν, πώς τα προστατεύουμε, τι μας προσφέρουν. Τους δείχνει εικόνες από τον υπολογιστή που έχει φέρει μαζί του καθώς και προσομοιώσεις λαχανικών που από σπόροι γίνονται φυτά και κάνουν καρπούς .( μελέτη περιβάλλοντος)

## Μέτρημα - φροντίδα

**Δραστηριότητα** Τα φυτά μας έχουν φυτρώσει και τα νήπια τα παρατηρούν που μεγαλώνουν ,τα μετρούν, με το χέρι τους τα ακουμπούν με προσοχή για να μην τα καταστρέψουν .(μελέτη περιβάλλοντος, μαθηματικά, κοινωνικο-συναισθηματικές δεξιότητες)

## Βιβλία σε ρόδες

**Βιβλία σε ρόδες** με τίτλο <<Ταξίδια γεύσεων>>. Στο νηπιαγωγείο έχει έρθει η βαλίτσα με βιβλία σχετικά με τις γεύσεις που διαβάζουμε με τα παιδιά και <<διαβάζουν >>και τα παιδιά μόνα τους στο σχολείο.

Τα βιβλία εκτός από τον ψυχαγωγικό τους ρόλο δίνουν αφορμή για συζήτηση και εξυπηρέτηση των στόχων του προγράμματος, πχ. Το βιβλίο <<Πατάτες, πατάτες>> του Μ. Κοντολέων μας έδωσε αφορμή να συζητήσουμε για το φυτό που έχουμε φυτέψει στο σχολείο μας να μάθουμε σε ποια άλλα μέρη της γης τρώνε οι άνθρωποι πατάτες, με ποιούς τρόπους τις μαγειρεύουμε, και να παίξουμε παιχνίδια φαντασίας όπως λ.χ <<πως θα μοιάζαμε αν τρώγαμε μόνο πατάτες; Θα ήμαστε γεροί; Επίσης η επίδραση του τρόπου διατροφής στο σώμα μας αποκαλύπτεται μέσα από τον "Ωραίο Δαρείο". Τέλος μέσα από μια σύντομη ιστορική διαδρομή που αποσπάσαμε μέσα από το βιβλίο "Η ζωή του παιδιού στην αρχαία Ελλάδα" αλλά και στο Βυζάντιο "Πρόσκληση σε γεύμα", τα νήπια αναρωτήθηκαν και κατανόησαν τους βασικούς λόγους επιλογής τροφών από τους ανθρώπους μέσα στους αιώνες. (γλώσσα, κοινωνικο-συναισθηματικές δεξιότητες).

## Συνδρομή του Βιωματικού Σχολείου

**Αποστολή από το Βιωματικό Σχολείο υλικού** σχετικού με τη διατροφή. Διαβάσαμε και χρησιμοποιήσαμε το παραμύθι της Μελένιας. Το παραμύθι σε κάθε σελίδα δίνει τα δυνατότητα να επιλέξουν τα παιδιά τη συνέχεια της πλοκής , ανάμεσα σε δύο εκδοχές κάθε φορά. Τα παιδιά επιλέγουν τη διατροφή της Μελένιας και το πώς θα μεγαλώσει. Με ικανοποίηση διαπιστώσαμε ότι δημιουργώντας το παραμύθι επέλεξαν τις σελίδες που η Μελένια διαλέγει διατροφή που περιέχει πολλά φρούτα και λαχανικά στο διαιτολόγιό της,αρκετή φυσική άσκηση και άθληση. (τέχνες, γλώσσα)

### Κουκλοθέατρο

**Κουκλοθέατρο** <<Το εγγονάκι που δεν του αρέσουν τα φρούτα>>. Τα παιδιά δημιουργούν και παίζουν στο κουκλοθέατρο μια ιστορία με μια γιαγιά που της αρέσουν τα φρούτα και προσπαθεί να πείσει το εγγόνι της να δοκιμάσει κι εκείνο Τα φρούτα προτιμούν κι εκείνα να φαγωθούν από το παιδάκι και να το δυναμώσουν και όταν τα δοκιμάζει του αρέσουν και αλλάζει διατροφικές συνήθειες.(τέχνες, γλώσσα)

### Δημιουργία παραμυθιού

**Παραμύθι** .<<Μια φράουλα μια φορά...>>. Με αφορμή τυχόν αλλεργίες που παρουσιάζονται σε παιδιά από την κατανάλωση συγκεκριμένων φρούτων και λαχανικών και μετά από εκτενή συζήτηση με τα παιδιά γι αυτό το θέμα –έχουμε νήπια με αλλεργία σε φρούτα- δημιουργούμε με τα παιδιά ένα παραμύθι.

Τα νήπια διαλέγουν εικόνες κομμένες από παλιά φθαρμένα και κατεστραμμένα παραμύθια τις τοποθετούν στη σειρά και φτιάχνουν ένα παραμύθι όπου πρωταγωνίστρια είναι μια φράουλα.( Το φρούτο, και ο τίτλος επιλέχθηκαν μετά από ψηφοφορία ανάμεσα στα παιδιά).

Κάθε παιδί συνεχίζει την ιστορία από εκεί που τη σταμάτησε το προηγούμενο βάζοντας τη δική του εικόνα. Η νηπιαγωγός συμμετέχει κι εκείνη με μια φράση . Στο τέλος το παραμύθι μπαίνει στη βιβλιοθήκη της τάξης.

## Θεατρικό δρώμενο

**Θεατρικό δρώμενο** <<Τι μαγειρεύουμε σήμερα; >>Τα παιδιά χωρίζονται σε τρεις ομάδες .Η πρώτη ομάδα είναι τα όσπρια, η δεύτερη τα λαχανικά και η τρίτη τα φρούτα .Κάθε παιδί διαλέγει τι θέλει να είναι και παίρνει μια στροφή ποιήματος να το μάθει απέξω που αναφέρεται στο λαχανικό το όσπριο ή φρούτο που έχει διαλέξει και περιγράφει τις βιταμίνες και τα θρεπτικά συστατικά του . Κάποια παιδιά παίρνουν και το ρόλο του μάγειρα επιπλέον.

Οι πέντε μάγειρες αναρωτιούνται τι να μαγειρέψουν κάθε μέρα ετοιμάζουν τις κατσαρόλες τους . Τα όσπρια τους προτείνουν να μαγειρέψουν όσπρια, και ένα-ένα παρουσιάζει τον εαυτό του και γιατί είναι ωφέλιμο .Οι μάγειρες τα βάζουν ο καθένας στην κατσαρόλα του , τα μαγειρεύει και παρουσιάζει ένα νόστιμο πιάτο.

Στη συνέχεια άλλοι δύο μάγειρες τοποθετούν τις κατσαρόλες τους και τα λαχανικά παρουσιάζονται λέγοντας με τη σειρά τους τα δικά τους πλεονεκτήματα στη διατροφή μας ,οι μάγειρες τα τοποθετούν στην κατσαρόλα, θεωρώντας τα σωστή επιλογή.

Τελευταία τα φρούτα παρουσιάζονται και αυτά μιλώντας μας για τις βιταμίνες τους και ο μάγειρας τα βάζει σε μια μεγάλη πιατέλα και παρουσιάζει μια ωραία φρουτοσαλάτα.

Στο τέλος ένα νήπιο μας παρουσιάζει **ένα τραγούδι** για τα λαχανικά που το έχει σκεφτεί και μελοποιήσει μόνο του και τα υπόλοιπα παιδιά το τραγουδούν μαζί του.

## Κουκλοθέατρο

**<<Ραπουνζέλ>>**. Τα φυτά μας έχουν μεγαλώσει και από τα ραπανάκια μας δύο έχουν μεγαλώσει αρκετά. Αποφασίζουμε αφού το βγάλουμε το ένα από το χώμα να το κάνουμε πρόσωπο και να παίξουν τα παιδιά κουκλοθέατρο το παραμύθι της Ραπουνζέλ.

Τα νήπια κατασκευάζουν τις φιγούρες του παραμυθιού, τους γονείς, τα παιδιά, της Ραπουνζέλ, τη μάγισσα, τον πρίγκιπα, και τη Ραπουνζέλ με κεφάλι το ραπανάκι και

μαλλιά τα φύλλα του. Ζωγραφίζουν το σπίτι της ,το κάστρο της μάγισσας και τα προσαρμόζουν σε ένα κουτί <<τηλεόρασης>> που μεταμορφώνεται σε μικρό κουκλοθέατρο. Ύστερα παίζουν την ιστορία και συνεργάζονται άλλο κρατώντας τη φιγούρα και άλλο βάζοντας τη φωνή.

## **Μαγειρική**

**Οι γονείς** των νηπίων συμμετέχουν μαγειρεύοντας εκ περιτροπής κάθε Δευτέρα ένα έδεσμα παρασκευασμένο με λαχανικά ή φρούτα σε επαρκή ποσότητα για όλα τα νήπια το οποίο να προέρχεται από την ιδιαίτερη πατρίδα του κάθε παιδιού.

Οι συνταγές έρχονται στο σχολείο, αναρτώνται στην τάξη και το κάθε παιδί αφού μας παρουσιάσει τον τόπο καταγωγής του ,εικόνες ,φωτογραφίες ή ψηφιακό υλικό από τον τόπο του, μας προσφέρει ένα κομματάκι από την πίτα, το γλυκό ή ότι άλλο παρασκεύασαν οι γονείς του. Οι συνταγές μαζεύτηκαν και δέθηκαν σε βιβλίο.

**Δοκιμή παραγόμενων προϊόντων** . Εκτός από τα ραπανάκια, κόβουμε τις ντοματούλες που έχουν ωριμάσει τις μυρίζουμε και τις δοκιμάζουμε.

## Αξιολόγηση του προγράμματος

Τα παιδιά από την αρχή του προγράμματος έδειξαν ενθουσιασμό με την ενασχόλησή τους με τον κόσμο των φυτών το φύτεμα και την παραγωγή προϊόντων στο σχολείο.

Τους άρεσε το φύτεμα, εντυπωσιάστηκαν και έδειξαν έντονα ενθουσιασμό όταν φύτεψαν τα φυτά μας, παρατηρούσαν την κάθε αλλαγή στο μεγάλωμά τους. Παρατηρούσαν τις διατροφικές επιλογές των συμμαθητών τους και τις δικές τους, ασκώντας <<κριτική>> σε ότι θεωρούσαν ανθυγιεινό.

Έδειξαν απογοήτευση όταν το πρώτο φυτό της πατάτας μαράθηκε χωρίς προφανή λόγο και ζήτησαν να ξαναφυτέψουμε πατάτες περισσότερες αυτή τη φορά. Το ενδιαφέρον των παιδιών, μας παρότρυνε να ζητήσουμε από το Δήμο να μας εγκαταστήσει μόνιμο παρτέρι για λαχανόκηπο.

Οι γονείς ασχολήθηκαν και εκείνοι παρασκευάζοντας εδέσματα κάθε Δευτέρα και φέρνοντας πληροφορίες για τον τόπο τους από όπου προερχόταν και η συνταγή.

Δυστυχώς το σχολείο κλείνει και δεν θα προλάβουμε να δούμε τα φυτά μας όλα να συνεχίζουν να μεγαλώνουν. Επίσης και η δεύτερη προσπάθεια με τις πατάτες μας φαίνεται επίσης να αποτυγχάνει και τα νήπια δεν <<θα φάνε τις δικές μας πατατούλες τηγανητές>>. Στην επόμενη προσπάθεια ίσως κάνουμε περισσότερες μεταφυτεύσεις μικρών φυτών ώστε να δούμε νωρίτερα τους καρπούς, και εάν ο Δήμος μας τοποθετήσει νωρίτερα παρτέρι ίσως οι πατάτες μας παρόλο που η καλλιέργειά τους είναι σχετικά επισφαλής να αναπτυσσόταν καλύτερα.

Επίσης διαπιστώσαμε ότι θα πρέπει -εφόσον η ενασχόληση των παιδιών με το χώμα και το φύτεμα τους δίνει μεγάλη χαρά και αναπτύσσουν πολλές πρωτοβουλίες και ιδέες- να αναδιαμορφώσουμε την αυλή μας ζητώντας τη συνδρομή πολλών άλλων φορέων ώστε να μπορούμε να φυτεύουμε εκεί.

Η εμπλοκή των παιδιών με το κουκλοθέατρο, το θεατρικό παιχνίδι και τη δημιουργία παραμυθιού ήταν επίσης ευχάριστη έκπληξη γιατί η πλοκή των ιστοριών, οι κινήσεις, η ιδέα να γίνει το ραπανάκι Ραπουνζέλ, οι φιγούρες του παραμυθιού κατασκευάστηκαν από τα ίδια και ζητώντας ελάχιστα τη βοήθεια των νηπιαγωγών.

Γενικά ήταν μια ενδιαφέρουσα εμπειρία και για εμάς και για τα νήπια, τα οποία εμπλούτισαν τις γνώσεις τους, έδειξαν πιο υπεύθυνα, ευαισθητοποιήθηκαν, και είδαν με τα μάτια τους να δημιουργείται ζωή μέσα στην τάξη μας. Επίσης μας έδειξε τις αδυναμίες του σχολικού μας χώρου και την αναγκαιότητα να δημιουργηθούν οι συνθήκες για να γίνει την επόμενη ή μεθεπόμενη σχολική χρονιά ένας όμορφος σχολικός κήπος.

## **ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ**

- 1.Υπεύθυνοι Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης & Αγωγής Υγείας Α' Αθήνας
- 2.Οι γονείς των νηπίων
- 3.Περιβαλλοντολόγος
- 4.Βιωματικό Σχολείο
5. Βιβλία σε ρόδες.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- 1.<<Βασικά κείμενα για την Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, Η διακήρυξη της Τιφλίδας>> έκδοση ΠΕΕΚΠΕ, Αθήνα,1999
- 2.Φλογαίτη, Ε,(2006)Εκπαίδευση για το περιβάλλον και την Αειφορία, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα

