

«Ταπερίστας εν δράσει»

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Ταπερίστας» υλοποιήθηκε από το 10^ο ΓΕΛ Ηρακλείου Κρήτης κατά το σχολικό έτος 2021-2022 και εντάσσεται στο Εθνικό δίκτυο προγραμμάτων του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Αρναίας.

Υπεύθυνοι καθηγητές ήταν η Χαλκιαδάκη Φανή (ΠΕ02) και ο Χατζάκης Νεκτάριος (ΠΕ02).

Το τμήμα που έλαβε μέρος ήταν το Α3 που αποτελείται από 19 μαθητές:

Κοκαράκης Βασίλειος, Λεκανίδη Εμμανουέλλα, Μαραγκάκη Θεοδοσία, Μαρή Γαλάτεια, Μπατσέλλι Έρι, Νικάκη Αικατερίνη, Ντατσιονάκης Αντώνιος, Ξωπαπαδάκη Αικατερίνη, Όσουχα Τζόσουα, Ουλόρια Ελβίρα, Ουλόρια Σέρι, Παρασύρη Μαρία, Πατεράκη Κωνσταντίνα, Ρεμιδιανάκη Ισμήνη, Ρισσάκη Ελισάβετ, Στόγιου Μαρία, Τσικνάκης Ιωάννης, Τσούπα Μαρινέλα, Χουμάς Ιωάννης



Η δράση ήταν πολύ πετυχημένη και οι μαθητές συμμετείχαν με ενθουσιασμό και πολλές πρωτοβουλίες. Κατέγραψαν τις καθημερινές τους συνήθειες ως προς το σχολικό τους γεύμα (αν συνηθίζουν το σπιτικό δεκατιανό, αν το μεταφέρουν σε σκεύος και ποιες τροφές προτιμούν). Τα αποτελέσματα της πρώτης καταγραφής ήταν διαφωτιστικά. Αναδείχθηκε ότι πολλοί μαθητές δεν τρώνε πρωινό ούτε δεκατιανό και αρκετοί δεν πίνουν νερό αλλά αναψυκτικά. Μετά από συζήτηση και προτάσεις των μαθητών για το πώς μπορούν να αλλάξουν αυτά, οι αλλαγές ήταν θεαματικές. Έφερναν καθημερινά υγιεινό δεκατιανό στο σχολείο (φρούτα, μπάρες δημητριακών, χορτόπιτες κτλ), κάθονταν μαζί, έβγαζαν τα μπωλάκια τους, φωτογραφίζαμε τα φαγητά και μετά έτρωγαν όλοι μαζί. Αυτό, για παιδιά Λυκείου, είναι σπάνιο και ανεκτίμητης αξίας, γιατί βοήθησε και στην κοινωνικοποίησή τους. Στο τέλος της χρονιάς συμπλήρωσαν ξανά τους διερευνητικούς πίνακες και συνέκριναν τα αποτελέσματα πριν και μετά τη δράση.

Συζητούσαμε κάθε εβδομάδα μια καθορισμένη ώρα για τη μεσογειακή διατροφή, για παραδοσιακές συνταγές, για τρόπους αποφυγής των γλυκών, για εναλλακτικούς τρόπους αποφυγής της καθιστικής ζωής.

Οι μαθητές δημιούργησαν ένα ενημερωτικό φυλλάδιο με παλιές αγαπημένες συνταγές (σταφιδόπιτα, μαγκίρι, ελιόψωμο, μακαρούνες, καλιτσούνια, μουστοκούλουρα).

Φιλοτέχνησαν ζωγραφιές εμπνευσμένες από τη μεσογειακή διατροφή (κλωνάρι ελιάς, φρούτα, λαχανικά).

Δημιούργησαν ενημερωτικό φυλλάδιο με τη διατροφική αξία τροφών ιδανικών για δεκατιανό (δημητριακών, φρούτων, λαχανικών, γαλακτοκομικών, ξηρών καρπών). Ο κάθε μαθητής ανέλαβε να παρουσιάσει συνοπτικά σε ποιους τομείς κάνει καλό η κάθε τροφή και όλοι μαζί φιλοτέχνησαν έναν οδηγό με φωτογραφίες των προϊόντων.

Έκαναν ένα πολύ πετυχημένο παζάρι στο σχολείο με εδέσματα που έφτιαξαν οι ίδιοι, προκειμένου να γνωστοποιήσουν τη δράση τους και στους υπόλοιπους μαθητές του σχολείου και να τους ευαισθητοποιήσουν πάνω στο θέμα. Τα παρασκευάσματα ήταν νοστιμότητα και έγιναν ανάρπαστα (κουλουράκια βρώμης και λαδερά, σταφιδόπιτα, μπάρες δημητριακών, κέικ με μπανάνα, κριτσίνια καρότου, σπανακόπιτα, χορτοπιτάκια, γιουρτόπιτα, κέικ με ταχίνι, πίτσα με λαχανικά).

Πραγματοποιήσαμε εκπαιδευτική εκδρομή στο πλαίσιο της οποίας τα παιδιά ενημερώθηκαν από εκπρόσωπο του κοινωνικού μη κερδοσκοπικού οργανισμού «Από κοινού» για την καλλιέργεια αγροτικών τοπικών προϊόντων μικρής κλίμακας με οικολογικές και απολύτως φυσικές μεθόδους. Τα παιδιά δοκίμασαν ρεβυθοκεφτέδες και ενημερώθηκαν για τοπικά προϊόντα, όπως χαρούπι, σινάπι, γλυκοκολοκύθα, παξιμάδι, σταφίδες, ελιές.

Οι μαθητές έκαναν διάχυση των δράσεών τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, στο blog των ταπερίστας, στο ιστολόγιο του σχολείου, σε άλλα σχολεία και στον τοπικό Τύπο.