

«Σιτάρι και αυγό στη διατροφή μας» Εκπαιδευτικό πρόγραμμα για μαθητές/τριες Γυμνασίου

Η υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή, η θρεπτική αξία των δημητριακών και του αυγού, η μαγεία της σποράς και της βλάστησης, η επιστήμη πίσω από τα τρόφιμα, τα κρυμμένα μυστικά μιας ετικέτας συνθέτουν το εκπαιδευτικό μας πρόγραμμα.

Το πρόγραμμα έχει δίωρη διάρκεια και απευθύνεται σε σχολικές ομάδες παιδιών Α΄ και Β΄ Γυμνασίου. Υλοποιείται από εκπαιδευμένα στελέχη μας με παιδαγωγική ιδιότητα.

Ξέρετε ότι το αυγό έχει όλα τα θρεπτικά συστατικά για να αναπτυχτεί ένας οργανισμός και ένα σποράκι για ένα ολοκληρωμένο φυτό; Γνωρίζετε ότι υπάρχει και καλό CO₂ στα τρόφιμα μας; Υπάρχουν άραγε και μικροοργανισμοί που κάνουν καλό στη διατροφή μας;

ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. **«Σπίτι των παραδοσιακών εργαλείων»:** Επίσκεψη στην ιδιαίτερα αξιόλογη συλλογή παραδοσιακών εργαλείων καλλιέργειας δωρεάς Παύλου και Αριάν Κοντέλλη, πλαισιωμένη με μοναδικές εικόνες του φημισμένου φωτογράφου της υπαίθρου Τ.Γλούπα. Οι μαθητές γνωρίζουν τη διαδικασία και τα εργαλεία της παραδοσιακής καλλιέργειας της γης. Επίσης, αλέθουν σιτάρι στους 6 παραδοσιακούς χειρόμυλους του εργαστηρίου.
2. **Επίσκεψη στο χωράφι** και παρατήρηση της ανάπτυξης των σιτηρών, ανάλογα με την εποχή και επίσκεψη στο εργαστήριο υδροπονίας.
3. **Δραστηριότητα στο αγρόκτημα:** Τα παιδιά σπέρνουν σπόρους σιταριού, λαχανικών ή αρωματικών φυτών σε μικρό ατομικό φυτοδοχείο το οποίο παίρνουν μαζί τους και παρακολουθούν την ανάπτυξη τους. Επίσης, θα κατασκευάσουμε **μία υδροπονική διάταξη για παρατήρηση στην τάξη μας**.
4. **Επίσκεψη στο οικισκό μας κοτέτσι** - Επισκεπτόμαστε το παραδοσιακό κοτέτσι για να ταΐσουμε τις κότες και να μαζέψουμε φρέσκα αυγά. Αναφερόμαστε στη θρεπτική αξία των αυγών και στα Ω3 λιπαρά των αυγών της ΑΓΣ.
5. **Στο Εργαστήριο:**
 - Α. Στο εργαστήριο θα δούμε, σε σύντομες προβολές, τις διαδοχικές φάσεις ανάπτυξης ενός σπόρου σε φυτό και ενός αυγού σε έναν πλήρη οργανισμό. **Ένα και μόνο αυγό είναι αρκετό για να δημιουργήσει ένα νέο οργανισμό!**
Συζητάμε για το αλεύρι, τα δημητριακά και το αυγό στη διατροφή μας, σύμφωνα με την πυραμίδα της διατροφής.
 - Β. Ζυμώνουμε τη ζύμη για ψωμί και κάθε παιδί παίρνει το δικό του ζυμαράκι. Επίσης, κάθε παιδί παίρνει ένα ολόφρεσκο βρασμένο αυγό Ω3 από τις κότες της Σχολής.
 - Γ. Με ζυμομύκητες θα «ζωντανέψουμε» μικροοργανισμούς και θα πειραματιστούμε με τα μαγειρικά υλικά που ευνοούν ή περιορίζουν την ανάπτυξη μικροοργανισμών στα τρόφιμα μας. Πείραμα και συζήτηση για τους **μύκητες της μαγιάς**. Εντοπίζουμε την ύπαρξη ζυμομύκητα στο δοκιμαστικό μπουκάλι και το πως ευνοείται ή αναστέλλεται η δράση του με τις συνθήκες θερμοκρασίας και υγρασίας.

Επεκτάσεις για το σχολείο και το σπίτι. Διανέμεται υλικό με προτάσεις για δραστηριότητες στο σχολείο ή στο σπίτι.



Για την καλύτερη οργάνωση της επίσκεψής σας, παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας τουλάχιστον 15 ημέρες νωρίτερα και για τους ανοιξιάτικους μήνες τουλάχιστον έναν μήνα νωρίτερα.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Η διάρκεια του προγράμματος είναι 2 ώρες το ελάχιστο- προστίθεται διάλειμμα 20' για το δεκατιανό των παιδιών.
Το κόστος της επίσκεψης είναι 6€ για κάθε παιδί.
Τηλ: 2310-492768, 492756 email: scamp@afs.edu.gr
Ώρες επικοινωνίας: 9:00-14:30

Θεωρούμε σκόπιμο να σημειώσουμε ότι τα έσοδα από όλες τις δραστηριότητες της Αμερικάνικης Γεωργικής Σχολής διατίθενται για τις υποτροφίες των μαθητών της καθώς όλοι τους είναι υπότροφοι και προέρχονται κυρίως από αγροτικές περιοχές της Ελλάδας.