



# ΕΙΜΑΙ Ο,ΤΙ ΤΡΩΩ

ΟΜΑΔΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Γκιούρα Χρυσούλα ΠΕ. 70

ΣΧΟΛΕΙΟ

2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΥΚΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 13/7/2015

## 1. Συνοπτική περιγραφή της ανοιχτής εκπαιδευτικής πρακτικής

Η εκπαιδευτική πρακτική υλοποιήθηκε στο 2ο Δημοτικό Σχολείο Πεύκων στο μάθημα της Ευέλικτης Ζώνης με τίτλο “Είμαι ό,τι τρώω”. Οι διατροφικές συνήθειες των συμμαθητών του σχολείου μας και η εκμάθηση των βασικών αρχών της ισορροπημένης διατροφής και η εφαρμογή τους στην καθημερινή ζωή υπήρξε η αφορμή για την ανάπτυξη της δράσης και να ενημερώσουν τους συμμαθητές τους για τα αποτελέσματα. Συγκεκριμένα αναπτύχθηκε διαδικτυακή πλατφόρμα wiki με σκοπό αφενός να δημιουργήσουν το δικό τους ψηφιακό βιβλίο εξερευνώντας διάφορες ψηφιακές πηγές (Φωτόδεντρο, Ψηφιακά διαδραστικά βιβλία) και αφετέρου αξιοποιώντας τις δυνατότητες που προσφέρει ένα wiki να δημιουργηθεί το κατάλληλο περιβάλλον μάθησης και έκφρασης μέσα στην τάξη, να ενισχυθεί η συνεργατικότητα και να αναπτυχθούν οι διαπροσωπικές επικοινωνιακές δεξιότητες των μαθητών. Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες και εργάζονται ομαδοσυνεργατικά σε πολυμεσικά περιβάλλοντα και σε ψηφιακές κοινότητες στις οποίες έχουν τη δυνατότητα να αλληλεπιδρούν εξ αποστάσεως.

## 2. Σχεδιασμός της ανοιχτής εκπαιδευτικής πρακτικής

### 2.1 Στοιχεία σχεδιασμού

Η ανάπτυξη της πρακτικής στηρίζεται στις θεωρίες του δομητισμού (constructivism) και στις κοινωνικοπολιτιστικές θεωρήσεις του Vygotsky όπου δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στη μαθησιακή διαδικασία, στα γνωστικά εργαλεία που τη διαμεσολαβούν (Jonassen 2000), στην αλληλεπίδραση μεταξύ των εμπλεκόμενων μερών, καθώς και στο κοινωνικοπολιτισμικό περιβάλλον που λαμβάνει χώρα (Vygotsky, 1978). Επιδιώκεται να γίνει η διδασκαλία ενδιαφέρουσα με την ενεργητική συμμετοχή των μαθητών, ώστε οι μαθητές να ανακαλύψουν, να διερευνήσουν, να μάθουν (ανακαλυπτική μάθηση). Κατά τη διάρκεια της ομαδοσυνεργατικής διδασκαλίας και μάθησης, τα παιδιά συζητούν, αναλύουν, διατυπώνουν αμφιβολίες και επιλύουν προβλήματα (problem solving). Οι μαθητές χωρίζονται σε πέντε ομάδες των τεσσάρων ατόμων και η πρακτική επιμερίζεται σε τρία στάδια.

#### **Α΄Στάδιο**

Έγινε καταγραφή των διατροφικών συνηθειών των παιδιών για να μπορέσουμε να έχουμε μετά μέτρο σύγκρισης, αν δηλαδή καταφέρουμε να αλλάξουμε κάτι μετά το τέλος του προγράμματος. Μοιράσαμε το ερωτηματολόγιο στους μαθητές του σχολείου και ετοιμάσαμε γραφήματα για τις διατροφικές τους συνήθειες.

#### **Β΄Στάδιο**

Καταμερισμός του έργου στις ομάδες. Η κάθε ομάδα είχε στη διάθεσή της πληροφορίες για τις ομάδες τροφών τις οποίες έπρεπε να επεξεργαστεί. Αναζήτηση πηγών. Σχεδιασμός και υλοποίηση δραστηριοτήτων.

### Γ΄Στάδιο

Αναστοχασμός και παραγόμενο υλικό για τη δημιουργία του ψηφιακού βιβλίου που προέκυψε μέσα από συμμετοχικές διαδικασίες. Βιωματικές τεχνικές.

## 2.2 Διδακτικοί στόχοι

### A. Ως προς το γνωστικό αντικείμενο

- ➔ Να μάθουν τις ομάδες τροφίμων και να διερευνήσουν τα έξι βασικά είδη θρεπτικών συστατικών που χρειάζεται το ανθρώπινο σώμα για την καλή υγεία.
- ➔ Να μάθουν οι μαθητές/ τριες πως συνδέονται οι αλλαγές του σώματος με τη διατροφή τους.
- ➔ Να μάθουν τη σημασία του πρωινού.
- ➔ Να δώσουν μεγαλύτερη βαρύτητα στις επιλογές τους από το παραδοσιακό ελληνικό διαιτολόγιο.
- ➔ Να γνωρίσουν τις συνήθειες και τις συμπεριφορές στη διατροφή της οικογένειας στο παρελθόν, σε σύγκριση με αυτές που έχουν διαμορφωθεί σήμερα.
- ➔ Να μάθουν να σχεδιάζουν υγιεινά γεύματα.
- ➔ Να γίνουν πιο υπεύθυνοι καταναλωτές.
- ➔ Να αποτυπώσουν γραπτά τις σκέψεις τους χρησιμοποιώντας τα κειμενικά είδη της αφήγησης, της περιγραφής και του διαλόγου

### B. Ως προς τη χρήση των ΤΠΕ

- ➔ Να εξοικειωθούν με εκπαιδευτικούς ιστοτόπους, όπως το “Πανελλήνιο Αποθετήριο Μαθησιακών Αντικειμένων Φωτόδεντρο” και το “Ψηφιακό Σχολείο”
- ➔ Να επιλέγουν και να χρησιμοποιούν κατάλληλα εργαλεία ΤΠΕ για την υλοποίηση των εργασιών που αναλαμβάνουν.
- ➔ Να συνθέτουν, να δημιουργούν και να μετασχηματίζουν πληροφορίες και υλικό.
- ➔ Καλλιέργεια ικανότητας συμμετοχής σε ψηφιακές (on line) κοινότητες μάθησης και προώθηση ανάπτυξης του ψηφιακού αλφαριθμητισμού.

### **Γ. Ως προς τη μαθησιακή διαδικασία**

- ➔ Να μάθουν να συνεργάζονται, να διατυπώνουν άφοβα τη γνώμη τους, να βρίσκονται αντιμέτωπα με προβλήματα και να προτείνουν λύσεις.
- ➔ Να αποκτήσουν δεξιότητες άντλησης, συλλογής, οργάνωσης, ανάλυσης και επεξεργασίας και παρουσίασης δεδομένων
- ➔ Μεταφορά και διάχυση του παραγόμενου μαθησιακού υλικού έξω από τους τοίχους του σχολείου και κατάργηση χρονικών και τοπικών περιορισμών
- ➔ Ανάδειξη των ικανοτήτων των παιδιών και ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους

## 3. Εφαρμογή της ανοιχτής εκπαιδευτικής πρακτικής

### 3.1 Περιβάλλον – πλαίσιο

Η ανοικτή αυτή εκπαιδευτική πρακτική αξιοποίησης ψηφιακού περιεχομένου εφαρμόστηκε στην Ευέλικτη Ζώνη με τίτλο “Είμαι ό,τι τρώω”. Υλοποιήθηκε μέσα στην αίθουσα υπολογιστών που είναι κατάλληλα εξοπλισμένη και επιτρέπει και τη σύνδεση στο Διαδίκτυο. Στόχος η διαθεματική και διεπιστημονική προσέγγιση των γνωστικών αντικειμένων της Αγωγής Υγείας, των ΤΠΕ, της Γλώσσας και της Αισθητικής Αγωγής.

Οι μαθητές είναι εξοικειωμένοι με τη χρήση λογισμικών τύπου συγγραφής και παρουσιάσεων, στους κανόνες χρήσης του διαδικτύου, την αναζήτηση πληροφοριών στο διαδίκτυο, τη χρήση εκπαιδευτικών σελίδων («Φωτόδεντρο», «Ψηφιακό Σχολείο») και τη χρήση του wiki.

### 3.2 Τάξη

|                       |              |
|-----------------------|--------------|
| Νηπιαγωγείο           | Α' γυμνασίου |
| Α' δημοτικού          | Β' γυμνασίου |
| Β' δημοτικού          | Γ' γυμνασίου |
| <b>Γ' δημοτικού Χ</b> | Α' λυκείου   |
| Δ' δημοτικού          | Β' λυκείου   |
| Ε' δημοτικού          | Γ' λυκείου   |
| ΣΤ' δημοτικού         |              |

### 3.3 Διάρκεια δραστηριότητας

Ώρες διδασκαλίας: 12 ώρες σε διάστημα δύο μηνών.

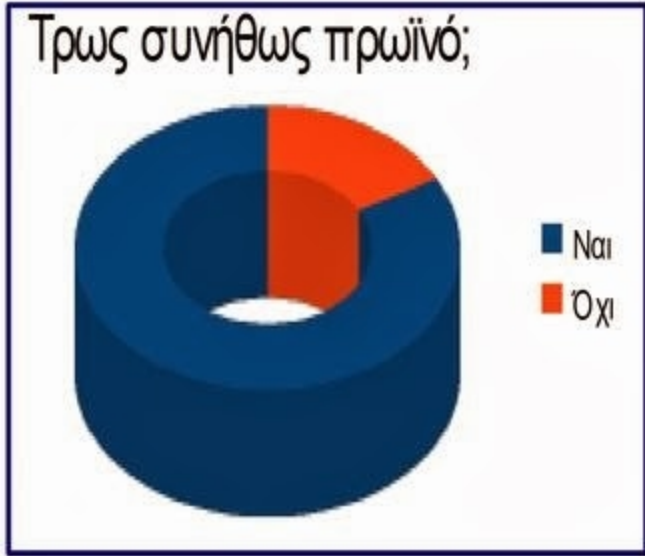
Υπήρξε και ενασχόληση μεταξύ των μελών των ομάδων διαδικτυακά για να ολοκληρωθούν κάποιες δραστηριότητες.

### 3.4 Αναλυτική περιγραφή της πραγματοποίησης της ανοιχτής εκπαιδευτικής πρακτικής

Οι μαθητές εργάζονται ομαδοσυνεργατικά σε ομάδες των τεσσάρων ατόμων στην αίθουσα υπολογιστών. Η σύνθεση των ομάδων προέκυψε από τα ενδιαφέροντα των μαθητών, οι οποίοι είναι εξοικειωμένοι να εργάζονται σε ομάδες από την αρχή της σχολικής χρονιάς.

#### **Α΄Στάδιο**

Κατά το πρώτο στάδιο, αφού οι μαθητές ενημερώθηκαν για την ιδέα, ετοίμασαν το ερωτηματολόγιο ψηφιακά <https://drive.google.com/previewtemplate?id=1JJegXC6iRkrY9-WCamc-4loDxL3QFTMGc3oC2BerlpY&mode=public> και γραπτά και το μοίρασαν στους μαθητές του σχολείου για να ενημερωθούν για τις διατροφικές συνήθειες των συμμαθητών τους. Στη συνέχεια στην αίθουσα των υπολογιστών αποκρυπτογράφησαν τα ερωτηματολόγια και ετοίμασαν τα γραφήματα.(Εικόνα 1)



(Εικόνα 1) Γραφήματα

**Β΄Στάδιο**

Κατά το δεύτερο στάδιο οι μαθητές χωρίστηκαν σε πέντε ομάδες ανάλογα με τις ομάδες των συστατικών των τροφών και κλήθηκαν να δημιουργήσουν μια σελίδα στο wiki με το όνομα της ομάδας που ήταν το αντικείμενο της έρευνάς τους.(Εικόνα 2)



Εικόνα 2: Η σελίδα στο wiki

















Επισκέφθηκαν το Ψηφιακό Σχολείο και αναζήτησαν πληροφορίες στο Φωτόδεντρο για τα συστατικά των τροφών <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/4896?locale=el>, τον οδηγό της διατροφής <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/600?locale=el>, την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/3661?locale=el> και πληροφορίες για τη μεσογειακή διατροφή <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/7811?locale=el>.

Η κάθε ομάδα θα έπρεπε να επεξεργαστεί τις πληροφορίες, να απαντήσει στις ερωτήσεις που είχε και χρησιμοποιώντας τις εικόνες των συστατικών των τροφών να ετοιμάσει μια παρουσίαση με τα σημαντικότερα στοιχεία. Οι παρουσιάσεις έγιναν στην ολομέλεια με τη χρήση βιντεοπροβολέα. Την παρουσίαση ακολούθησε συζήτηση στην ολομέλεια μέσα από την οποία προέκυπταν θετικά σχόλια, παρατηρήσεις αλλά και διαφωνίες με τα όσα σχολίαζαν. Ο διάλογος καθώς και τα σχόλια που προκαλούνταν με καταιγισμό ιδεών οδήγησαν τις ομάδες στο να παρατηρήσουν κάτω από νέο πρίσμα τις εικόνες που επεξεργάζονταν και έτσι οι μαθητές αναστοχαζόμενοι κατέληξαν στο να τροποποιήσουν τα στοιχεία εκείνα που έκριναν ότι χρειάζονται αλλαγή. Στη συνέχεια όλες οι ομάδες μαζί θα έπρεπε να συνεργαστούν για να ετοιμάσουν το παιχνίδι της υγιεινής διατροφής. (Εικόνα 3)

Εικόνα 3: Επιτραπέζιο παιχνίδι υγιεινής διατροφής

**ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ**

|  |  |   |  |   |
|--|--|---|--|---|
| <b>ΑΦΕΤΗΡΙΑ</b>  | ↓  | Τρως γύρο, χάσε έναν γύρο!<br>                     | ←  | Πίνεις φρέσκο γαλατάκι, παίξε ξανά!<br>                              |
| Τρως φρούτα καθημερινά, προχώρα τρία τετράγωνα μπροστά!<br> | Τρως όσπρια συχνά, ρίξε ξανά!<br>                     | Με τόση ενέργεια που πήρες, έφτασες στο τέρμα!<br> | Μετά τον αρακά, ολοταχώς για τα ζυμαρικά!<br> | ↑   |
| ↓  | ↓  | ↓   | ↑  | Το σουτζουκάκι το ζουμερό, 2 βηματάκια θα σε πάει πίσω στο βυθό!<br> |
| Καραμέλες και γλυκά, χάνεις τη σειρά σου μια φορά!<br>     | Πίνεις φυσικό χυμό απ' τη μαμά, ανέβα τα σκαλιά!<br> | <b>ΤΕΡΜΑ</b>  | Με κρέατα και λιπαρά, μείνε εκεί ξανά!<br>   | ↑   |
| ↓  | ↓  | Πίνεις γάργαρο νερό, ξαναπαίξε στο λεπτό!<br>    | ↑  | Τρως μπρόκολο, προχώρα στο τετράγωνο με το νερό!<br>               |
| Έφαγες ψάρια, ανέβα στη σκάλα!<br>                        | →  | Ήπιες αναψυκτικά, πάνε πίσω στα γλυκά!<br>       | →  | ↑   |

**2ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΥΚΩΝ  
 ΤΑΞΗ Γ1 2013-14**

Στη συνέχεια ετοίμασαν τις δικές τους πυραμίδες διατροφής(Εικόνα 4)



Εικόνα 4:Πυραμίδες διατροφής

Παρακολούθησαν τα εκπαιδευτικά βίντεο για την υγιεινή διατροφή <http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/23?locale=el>.  
<http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/813?locale=el> και ετοίμασαν τα δικά τους κόμικ <http://www.pixton.com/graphic-novel/yrrl5r1v> και <http://www.pixton.com/graphic-novel/pwvocr3c>(Εικόνα 5)



Εικόνα 5 Ψηφιακό κόμικ

Στη συνέχεια πλοηγήθηκαν στο σταυρόλεξο <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/3627?locale=el> δοκιμάζοντας τις γνώσεις τους.

### Γ΄Στάδιο

Το τελευταίο κομμάτι της δράσης έλαβε χώρα περιλάμβανε τον αναστοχασμό της όλης διαδικασίας. Οι ομάδες αξιοποιώντας τις γνώσεις τους παρήγαγαν υλικό για τη δημιουργία του ψηφιακού βιβλίου. Έγραψαν ποιήματα, χαϊκούς, λίμερικ, διαλόγους, σταυρόλεξα, ακροστιχίδες, αινίγματα, παροιμίες, διαφημίσεις και ετοίμασαν αφίσες υγιεινής διατροφής.(Εικόνα 6)



Εικόνα 6 Αφίσα υγιεινής διατροφής

Κατόπιν, ετοιμάζουν το ψηφιακό βιβλίο (εικόνα 7) χρησιμοποιώντας το λογισμικό κατασκευής ψηφιακού βιβλίου (<http://www.youblisher.com>)

Εικόνα 7 Είμαι ό,τι τρώω



<http://www.youblisher.com/p/828961-%CE%95%CE%AF%CE%BC%CE%B1%CE%B9-%CF%8C-%CF%84%CE%B9-%CF%84%CF%81%CF%8E%CF%89/>



Ετοίμασαν πρωινό στην τάξη και ετοίμασαν το βιβλίο των συνταγών.(Εικόνα 8)



Εικόνα 8 Πρωινό στην τάξη

Τέλος, οι μαθητές έγραψαν το δικό τους θεατρικό δρώμενο “Ο μάγος της υγιεινής διατροφής” το οποίο το παρουσίασαν μέσα από βιωματικές τεχνικές (Παιχνίδια ρόλων ) με στόχο την καλλιέργεια της παρατηρητικότητας, της μνήμης, της φαντασίας, την ενίσχυση της ελεύθερης έκφρασης και την ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας και συνεργασίας. (Εικόνα 9)



Εικόνα 9 Πρόσκληση

### 3.5 Ρόλος του διδάσκοντα

Επιλέξτε από την παρακάτω λίστα τα βασικά χαρακτηριστικά του ρόλου του διδάσκοντα. Υπάρχει η δυνατότητα πολλαπλών επιλογών.

|                           |  |
|---------------------------|--|
| Διδακτικός                | Προπονητικός                               |
| Ενθαρρυντικός <b>X</b>    | Διαχειριστικός                             |
| Υποστηρικτικός <b>X</b>   | Μέντωρ <b>X</b>                            |
| Συμβουλευτικός <b>X</b>   | Υποκινητικός <b>X</b>                      |
| Διευκολυντικός <b>X</b>   | Κριτικός                                   |
| Συντονιστικός <b>X</b>    | Επιμελητής περιεχομένου (curator) <b>X</b> |
| Ηγετικός                  | Τεχνική υποστήριξη <b>X</b>                |
| Διαμεσολαβητικός <b>X</b> | Άλλος ρόλος: . . .                         |
| Εποπτικός                 |  |

## 4. Πηγές Ψηφιακού Εκπαιδευτικού Περιεχομένου που αξιοποιήθηκαν

Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

<http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/3661?locale=el>

ΓΝΩΡΙΖΟΥΜΕ ΚΑΙ ΠΡΟΣΕΧΟΥΜΕ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ – ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

<http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/3627?locale=el>

ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/7811?locale=el>

ΟΔΗΓΟΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/600?locale=el>

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΤΩΝ ΤΡΟΦΩΝ <http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/4896?locale=el>

ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ <http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/23?locale=el>

ΤΡΕΦΟΜΑΙ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΑ <http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/813?locale=el>

## 5. Στοιχεία τεκμηρίωσης και επέκτασης της ανοιχτής εκπαιδευτικής πρακτικής

### 5.1 Αποτελέσματα - Αντίκτυπος

Κατά την εφαρμογή της δράσης τέθηκαν συγκεκριμένα ερωτήματα τα οποία είχαν στόχο να καθοδηγούν την όλη διδακτική-μαθησιακή διαδικασία και αποτέλεσαν ταυτόχρονα και οδηγό της διαμορφωτικής αξιολόγησης.

Η δράση εμπλέκει ενεργά τους μαθητές στη μαθησιακή διαδικασία και στην παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού μέσω διαδικτυακών εργαλείων. Κατά τη διάρκεια δόθηκε η ευκαιρία στους μαθητές να συνεργαστούν και να αλληλεπιδράσουν, να αναπτύξουν τη φαντασία, τη δημιουργικότητα και την κριτική τους σκέψη.

Η υλοποίηση δραστηριοτήτων (παραγωγή θεατρικού δρώμενου) και η παρουσίασή του μέσα από βιωματικές τεχνικές μετέβαλε την όλη διαδικασία σε μια ευχάριστη εμπειρία για τα παιδιά και δημιούργησε τις κατάλληλες προϋποθέσεις για συνεργασία, υπευθυνότητα και κριτική σκέψη.

Υπήρξε επίσης επίτευξη ασύγχρονης επικοινωνίας μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτικού και ουσιαστικά επήλθε κατάργηση χρονικών και τοπικών περιορισμών.

Η διάχυση του παραγόμενου υλικού στο Wiki δημιούργησε στους μαθητές αίσθημα ευθύνης και εκτίμησαν την αξία της ομαδικής εργασίας.



## 5.2 Σχέση με άλλες ανοιχτές εκπαιδευτικές πρακτικές

Η παρούσα ανοικτή εκπαιδευτική πρακτική βασίστηκε στην αξιοποίηση ψηφιακού περιεχομένου.

Η πρωτοτυπία της έγκειται στο γεγονός ότι η διαδικασία μάθησης προσπάθησε να συνδυάσει τις ψηφιακές πληροφορίες με τη βιωματική προσέγγιση και δημιουργήθηκαν αυθεντικές καταστάσεις μάθησης.

Οι μαθητές ανέπτυξαν δεξιότητες αναζήτησης πληροφοριών, ενεργητικής εμπλοκής και συμμετοχικών διαδικασιών και ήρθαν σε επαφή με πολλαπλές αναπαραστάσεις της γνώσης, δίνοντας ευκαιρίες να ξεδιπλωθούν τα ταλέντα τους.

## 5.3 Αξιοποίηση, Γενίκευση, Επεκτασιμότητα

Η ανοικτή αυτή εκπαιδευτική πρακτική θα μπορούσε να αποτελέσει μέρος ενός ολοκληρωμένου project. Δύναται να επεκταθεί και σε συνδυασμό με το μάθημα της Φυσικής, να αξιοποιηθεί πρόσθετο υλικό από το Φωτόδεντρο και να διερευνηθούν περισσότερο τα διάφορα συστατικά των τροφών.

## 6. Πρόσθετο υλικό που αξιοποιήθηκε

Λογισμικό κατασκευής ψηφιακού βιβλίου (<http://www.youblisher.com>)

Πλατφόρμα Wikispaces: <https://www.wikispaces.com/>

Εργαλείο παρουσιάσεων Prezi: <https://prezi.com/>

Λογισμικό κατασκευής ψηφιακού κόμικ: <http://www.pixton.com/>