**2ο Εργαστήριο: Συλλογή πληροφοριών- Λίστες με λαχανικά, συνταγές**

Ζητείται από τα παιδιά να φέρουν πληροφορίες για οποιαδήποτε λαχανικά και φρούτα γνωρίζουν και χρησιμοποιούν. Στη συνέχεια οι πληροφορίες που συγκεντρώνονται, διαβάζονται και επεξεργάζονται από τις ομάδες των μαθητών. Ως επέκταση της δραστηριότητας κατασκευάζονται λίστες με ομαδοποιημένα λαχανικά ανάλογα με τη χρήση τους στην διατροφή και τη διατροφική τους αξία και τα παιδιά μπορούν να φέρουν συνταγές που περιλαμβάνουν αυτά τα είδη λαχανικών. Ως επέκταση της δραστηριότητας τα παιδιά μπορούν να ζωγραφίσουν και να γράψουν και δικές τους συνταγές. Μπορούν να αναζητήσουν μέσω συνεντεύξεων συνταγές μαγειρικής από τους γονείς ή τους παππούδες τους που αφορούν τη μεσογειακή κουζίνα ή εναλλακτικά να δομήσουν ένα εβδομαδιαίο μενού διατροφής που αφορά την οικογένεια τους ή τους ίδιους. Ως αφόρμηση μπορούν να χρησιμοποιηθούν τα φύλλα εργασίας 1, 2, 3. Επίσης, με βάση τα φύλλα εργασίας μπορεί να γίνει και η κατανομή των φρούτων και των λαχανικών για τα οποία τα παιδιά θα αναζητήσουν πληροφορίες. Αξιοποιώντας το κεφάλαιο του σχολικού εγχειριδίου της Μελέτης Περιβάλλοντος της Δ΄τάξης «Φροντίζω το σώμα μου» από την ενότητα 5, στο οποίο γίνεται αναφορά στη διατροφική πυραμίδα καλούνται να εντοπίσουν τη θέση των φρούτων και των λαχανικών στην πυραμίδα της διατροφής. Αναμένεται να κατανοήσουν και τη σπουδαιότητά τους στη σωστή και υγιεινή διατροφή. Σαν δραστηριότητα εμπέδωσης μπορούμε να ζητήσουμε από τις ομάδες να δημιουργήσουν τη δική τους διατροφική πυραμίδα χρησιμοποιώντας διάφορους τρόπους όπως: μια ομάδα χρησιμοποιώντας χαρτόνι και σχεδιάζοντας μια πυραμίδα με βάση το παράδειγμα του βιβλίου της Μελέτης, μια άλλη ομάδα χρησιμοποιώντας συσκευασίες τροφίμων και κάνοντας μια μακέτα και μια άλλη κάνοντας μια πυραμίδα είτε στον Η/Υ είτε χρησιμοποιώντας γεωμετρικό ανάπτυγμα.