

Διάρκεια 2 διδακτικές ώρες**Στόχοι**

Οι μαθητές γίνονται ικανοί να αναγνωρίζουν τα εποχιακά λαχανικά και να τα χωρίζουν σε κατηγορίες ανάλογα με την εποχή καλλιέργειάς τους. Να αντιλαμβάνονται τη διαφορά των παραδοσιακών ποικιλιών από τα υβρίδια. Να αναγνωρίζουν τους σπόρους των πιο γνωστών καλοκαιρινών λαχανικών. Να σπέρνουν σπόρους σε σπορεία, να τα φροντίζουν, να μεγαλώνουν τα φυτά. Να συλλέγουν παραδοσιακούς σπόρους.

Υλικά

Καρτέλες με τα καλοκαιρινά λαχανικά (εικόνες και πληροφορίες), παραδοσιακοί σπόροι καλοκαιρινών λαχανικών (ντομάτα, πιπεριά, μελιτζάνα, κολοκυθάκι, κολοκύθα), κούτα από φελιζόλ (ψαροκασέλα), καλό φυτόχωμα, πλαστικό μπουκαλάκι ή καταβρεχτήρι, μαρκαδόροι, ταμπελίτσες, ποτηράκια ή γλαστράκια για μεταφύτευση

Περιγραφή

Η δραστηριότητα αυτή μπορεί να γίνει από τέλος Ιανουαρίου μέχρι αρχές Απριλίου μέσα στην τάξη. Ξεκινάμε με ερώτηση στα παιδιά τι λαχανικά τρώνε αυτή την εποχή. Συνήθως αναφέρουν τα χειμωνιάτικα λαχανικά (μαρούλι, λάχανο, καρότα κλπ), αλλά και τις ντομάτες, αγγούρια, πιπεριές. Με αυτή την αφορμή ρωτάμε αν έχουν δει καλλιέργεια μαρουλιών και αντίστοιχα καλλιέργεια ντομάτας. Κάποια παιδιά γνωρίζουν ότι το μαρούλι καλλιεργείται στο χώμα σε ανοικτούς χώρους και αντέχει στο κρύο του χειμώνα. Κάποια παιδιά επίσης γνωρίζουν ότι η ντομάτα το χειμώνα καλλιεργείται σε θερμοκήπια. Εδώ γίνεται ο διαχωρισμός σε χειμωνιάτικα και καλοκαιρινά λαχανικά και αρχίζει η συζήτηση για την ενέργεια που καταναλώνεται στα θερμοκήπια και αν εμείς ως υπεύθυνοι καταναλωτές θα έπρεπε να τρώμε λαχανικά εκτός εποχής με τόση σπατάλη ενέργειας και βλαβερές συνέπειες για το περιβάλλον. Καταγράφονται οι απόψεις των μαθητών.

Στη συνέχεια τίθεται το ερώτημα αν υπάρχει μόνο μία ποικιλία ντομάτας και αναδύονται οι παραστάσεις των παιδιών από τους πάγκους της λαϊκής ή του μανάβη. Κατόπιν επιδεικνύονται δύο φωτογραφίες ντομάτας: η μία λεία, ολοστρόγγυλη και γυαλιστερή και η άλλη κακομορμισμένη και όχι τόσο κόκκινη. Τίθεται η ερώτηση ποια από τις δύο θα αγόραζαν και ποια είναι τα κριτήρια με τα οποία οι γονείς τους θα επέλεγαν κάποιο λαχανικό. Καταγράφονται οι απαντήσεις των παιδιών και σχολιάζονται συνολικά. Στη συνέχεια παρουσιάζονται οι «παραδοσιακές ποικιλίες» ντομάτας μέσω φωτογραφιών και οι ιδιότητες λόγω των οποίων αυτές υπερέχουν έναντι των «υβριδίων» (μυρωδιά, γεύση κλπ). Γίνεται ερμηνεία του όρου «υβρίδια» και λύνονται οι απορίες των παιδιών.

Μετά παρουσιάζονται και οι «παραδοσιακές» ποικιλίες τριών ή τεσσάρων καλοκαιρινών λαχανικών (πιπεριάς, μελιτζάνας, κολοκυθιού, κολοκύθας) μέσω φωτογραφιών του καρπού τους (Βλέπε: Καρτέλες παραδοσιακών καλοκαιρινών λαχανικών). Γίνεται η διάκριση «καρπού» και «σπόρου» (που συνήθως βρίσκεται μέσα στον καρπό) και τα παιδιά παρακινούνται να γίνουν συλλέκτες σπόρων από τα φρούτα και λαχανικά που τρώνε ή αναζητώντας τους από τους παππούδες ή/και άλλους συγγενείς στα χωριά τους ή ακόμα και σε αστικά περιβάλλοντα.

Κατόπιν εκτίθενται τα φακελάκια με τους σπόρους που έχουμε προμηθευτεί από τον Πελίτι ή άλλους φορείς που ανταλλάσσουν παραδοσιακούς σπόρους. Γίνεται συζήτηση για τους καλλιεργητές που ανταλλάσσουν δωρεάν τους σπόρους και τι αξίες κρύβονται πίσω από αυτό σε αντιπαραβολή με τις μεγάλες πολυεθνικές που δημιουργούν υβρίδια και κρατούν τους παραγωγούς εξαρτημένους από αυτές. Γίνεται λόγος για τη διατροφική αυτάρκεια με την καλλιέργεια σε μικρούς κήπους της τροφής μας. Οι σπόροι ανοίγονται και γίνονται συγκρίσεις χρωμάτων, μεγεθών κλπ. Περιγράφεται και ο τρόπος με τον οποίο ο καλλιεργητής συλλέγει από τα φυτά του τον σπόρο για την ερχόμενη χρονιά.

Στη συνέχεια γίνονται τρύπες με στυλό στον πάτο της ψαροκασέλας και τοποθετείται το χώμα με προσοχή και χωρίς να πιέζεται μέχρι τρία εκατοστά κάτω από το χείλος της ψαροκασέλας. Χωρίζεται σε όσα μέρη είναι τα είδη των σπόρων που θα σπαρθούν. Το χώμα ραντίζεται ελαφρά με νερό. Οι μαθητές έρχονται με τη σειρά και ρίχνουν προσεκτικά τους σπόρους στο τμήμα της ψαροκασέλας που έχουν ετοιμάσει σε μικρές αποστάσεις μεταξύ τους. Τοποθετούνται ταμπελάκια με τα ονόματα των φυτών ή αναγράφεται στο τοίχωμα της ψαροκασέλας το όνομα του φυτού. Μετά οι σπόροι σκεπάζονται με το ανάλογο χώμα και το χώμα πιέζεται ελαφρά.

Κατόπιν ανοίγονται τρύπες με διαβήτη στο πλαστικό καπάκι ενός μπουκαλιού 0,5l, το οποίο θα χρησιμοποιείται σαν μέτρο για το καθημερινό πότισμα του σπορείου. Το σπορείο τοποθετείται σε θέση με καλό ηλιασμό, συνήθως κοντά σε νότιο παράθυρο. Οι μαθητές αναλαμβάνουν ρόλους στην παρατήρηση ανάπτυξης των σπόρων και κρατούν ημερολόγιο, όπου αναγράφουν τις παρατηρήσεις τους από την ανάπτυξη κάθε είδους.

Μετά από δύο μήνες τα φυτά είναι έτοιμα να μεταφυτευτούν στον κήπο του σχολείου. Τα υπόλοιπα μεταφέρονται σε ξεχωριστά μικρά ποτήρια ή γλαστράκια και είναι έτοιμα να μοιραστούν. Συνήθως διοργανώνεται μια ανοικτή γιορτή, κατά την οποία οι μαθητές εκθέτουν τα γλαστράκια τους και οι υπόλοιποι μαθητές του σχολείου ή η τοπική κοινωνία έρχεται στο σχολείο, ενημερώνεται για τις παραδοσιακές ποικιλίες και μοιράζονται όλοι τα νέα φυτά που θα φυτευτούν στους κήπους των μαθητών ή των γειτόνων.

Αξιολόγηση

Το εργαστήριο αυτό εφαρμόστηκε επί μία πενταετία σε πολλές τάξεις από την Υπεύθυνη Π.Ε. και διαπιστώθηκε ότι οι μαθητές δείχνουν μεγάλο ενδιαφέρον κατά τη διάρκεια όλης αυτής της διαδικασίας, αναλαμβάνουν υπευθυνότητα να φροντίζουν τα σπορεία τους και να ενημερώνουν και άλλους για την καλλιέργεια των παραδοσιακών ποικιλιών. Μακροπρόθεσμα μεταφέρουν τη γνώση για την υπεύθυνη κατανάλωση και την διατροφική αυτάρκεια στις οικογένειες.

Οxheart (Καρδιά βουβαλιού)



Παράγουν πολύ μεγάλες, ροζ, σε σχήμα καρδιάς του βουβαλιού ντομάτες, βάρους από 400 έως 900 γραμμάρια. Η γεύση της είναι σταθερή και σαρκώδης, με λίγους σπόρους και ήπια γεύση.

Βραυρώνα ή Μπατάλα



Οι καρποί της συγκεκριμένης ποικιλίας είναι μεγαλύτεροι από τις συνηθισμένες ντομάτες, το σχήμα τους είναι ακανόνιστο και το κυριότερο είναι ασύγκριτα νοστιμότεροι από τις υπόλοιπες ποικιλίες. Οι καρποί αυτής της ποικιλίας είναι ιδιαίτερα ευπαθείς στη μεταφορά.

Ace 55



Είναι μεσαίου μεγέθους κόκκινες τομάτες με λεπτή φλούδα και γλυκιά γεύση. Έχουν πολύ καλή αντίσταση στις ασθένειες και είναι ανθεκτικές στο σκάσιμο και στα χτυπήματα. Αντέχει στις άνυδρες, άγονες και ξηρές περιοχές και είναι ευρέως διαδεδομένη στην περιοχή της νότιας Μεσογείου και στην χώρα μας. Είναι πολύ καλή γι' αυτούς που δεν τους αρέσει η όξινη γεύση της τομάτας. Χρησιμοποιείται κυρίως σε σαλάτες αλλά και σε γεμιστά.

«Μαύρη» ντομάτα



- TOMATA Black from Tula
Lycopersicon esculentum Mill.
- Μαύρη Ντομάτα αναρριχώμενη με καρπούς στρογγυλούς μετρίου-μικρού μεγέθους (150-250 γρ.) για σαλάτα. Πλούσια σε λυκοπένιο. Παλιά ποικιλία για ερασιτέχνες.
- Σπορά: Από τον Ιανουάριο για την θερμαινόμενη σε θερμοκήπιο καλλιέργεια, τον Μάρτιο στο χωράφι. Αποστάσεις: 70 X 40 εκ. μέχρι 75 X 60 εκ. για εντατική καλλιέργεια, 75 X 50 εκ. μεταξύ των φυτών στο χωράφι.

Ντοματάκι Σαντορίνης (άνυδρο)



Φυτεύονται σε αποστάσεις ανά 40 εκατοστά περίπου. Όταν ανοίξουν τα φυτά και φθάσουν τα 10 με 15 εκατοστά τότε αρχίζει το **αραίωμα** των φυτών, αφήνοντας μόνο τρεις ρίζες από αυτά. Ανάλογα με την υγρασία και το κόπρισμα του εδάφους το ύψος των ντοματιών κυμαίνεται από 30 έως και 50 εκατοστά περίπου.

Μετά την ανθοφορία και το «δέσιμο» των καρπών σε πράσινα μπαλάκια ακολουθεί το **θειάφισμα**. Μετά από αυτό το άνυδρο χωράφι στολίζεται από μικρά και κόκκινα μπαλάκια... Η **συγκομιδή** γίνεται από Ιούνη μέχρι τις και τέλος του Ιούλη. Η γεύση της, κάτι περισσότερο από γευστική και αυτή η γλύκα της, οφείλεται στο άνυδρο έδαφος, το οποίο δροσίζεται από την νυκτερινή και πρωινή υγρασία.

Μελιτζάνα φλάσκα



Είναι η κλασική μελιτζάνα φουσκωτή και ωσειδής. Έχει ένα βαθύ μωβ χρώμα, γυαλιστερή φλούδα και το εσωτερικό της είναι υπόλευκο με λίγα σπόρια. Είναι ό,τι πρέπει για τηγάνισμα!

Τσακώνικη μελιτζάνα



Πιο ανοιχτόχρωμη και μακρόστενη από την κλασσική φλάσκα. Διαθέτει ένα ανοιχτό μωβ χρώμα με λευκά νερά, είναι πεντανόστιμη και χρησιμοποιείται κατά κόρον στα ελληνικά λαδερά φαγητά! Επιπλέον, έχει την δική της ξεχωριστή γιορτή κάθε καλοκαίρι (Γιορτή της Τσακώνικης Μελιτζάνας), στην περιοχή της Τσακωνιάς, στο Λεωνίδιο, όπου παράγεται.

Λευκή μελιτζάνα φλάσκα Σαντορίνης



Μοιάζει με την κλασσική μελιτζάνα, μόνο που αυτή είναι λευκή! Όταν μαγειρευτεί, είναι λιγότερο πικρή από την μωβ μελιτζάνα. Στην Σαντορίνη βρίσκουμε επίσης και μια υποκατηγορία της λευκής μελιτζάνας, την πράσινη μελιτζάνα, η οποία δεν διαφέρει ιδιαίτερα από την άσπρη στο μαγείρεμα και την γεύση της.

Πιπεριά φλάσκα



- Μεγαλόσωμη πράσινη πιπεριά.
- Κατάλληλη για τη σαλάτα αλλά και για γεμιστά.

Πιπεριά Φλωρίνης



Ποικιλία πιπεριάς η οποία καλλιεργείται στη Μακεδονία. Είναι παχύσαρκη με γλυκιά γεύση, κατάλληλη για σαλάτα, κατάψυξη ή κονσερβοποίηση. Αποτελεί μια εύγευστη και ολιγοθερμιδική επιλογή, πλούσια σε βιταμίνες C, A, K ΚΑΙ E.

Πιπεριά τσούσκα



Έχει μακρύ καρπό, στρογγυλό με ανώμαλη επιφάνεια, γλυκό και κάποτε ελαφρά καφερό, σαρκώδη κιτρινοπράσινο. Καλλιεργείται περισσότερο σε θερμοκήπια ως πρώιμη για εξαγωγή.

Κόκκινη κολοκύθα



Είναι πλούσια πηγή βιταμινών, μεταλλικών στοιχείων και άλλων θρεπτικών συστατικών. Είτε πρόκειται για τη σάρκα ή τους σπόρους της, η κολοκύθα, το απόλυτο φθινοπωρινό λαχανικό, μπορεί να προσφέρει σημαντικά οφέλη στην υγεία μας.

Έχει υψηλή περιεκτικότητα σε καροτενοειδή, Πρωτεΐνη, Απαραίτητα λιπαρά οξέα, Βιταμίνη Α, Βιταμίνη C, Μαγνήσιο, Κάλιο και ψευδάργυρο.

Φωτογραφικό υλικό



Παραδοσιακοί σπόροι από την Ηλεία



Ομαδοποίηση των σπόρων



Αντιστοίχιση με τις πληροφοριακές καρτέλες



Τοποθέτηση χώματος στην ψαροκασέλα



Διάτρηση πάτου ψαροκασέλας



Σπορά με προσοχή



Σπορά



Εικόνα σπορείου πριν την κάλυψη με χώμα



Σήμανση λωρίδων σπορείου



Μέτρηση σπόρων για στατιστικές



Επικάλυψη με χώμα



Πότισμα με αυτοσχέδιο ποτιστήρι



Το σπορείο μετά από δύο μήνες



Μεταφύτευση για μοίρασμα