

**Cultivate school entrepreneurial mindset through holistic approach  
targeting teachers and pupils**



enterschoolmind

# **A set of activities to be used by teachers in school for the development of the entrepreneurial mindset of pupils**

IO8A4: 2.2 Motivation and Perseverance/  
Κινητοποίηση του εαυτού και Επιμονή (Story)

**Partner Responsible: DIMITRA**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Cultivate school entrepreneurial mindset through holistic approach targeting teachers and pupils



enterschoolmind

## Coordinated by



## Partners



Apostolos  
Varnavas  
Primary School

4<sup>th</sup> Primary  
School of  
Tyrnavos

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Program</b>                  | Erasmus+  |
| <b>Key Action</b>               | KA201 - Strategic Partnerships for school education - Cooperation for innovation and the exchange of good practices |
| <b>Project Title</b>            | Cultivate School Entrepreneurial Mindset through a Holistic Approach Targeting Teachers and Pupils                  |
| <b>Project Acronym</b>          | EnterSchoolMind   |
| <b>Project Agreement Number</b> | 2018-1-CY01-KA201-046906  |
| <b>Project Start Date</b>       | 01/11/2018  |
| <b>Project End Date</b>         | 31/10/2021  |



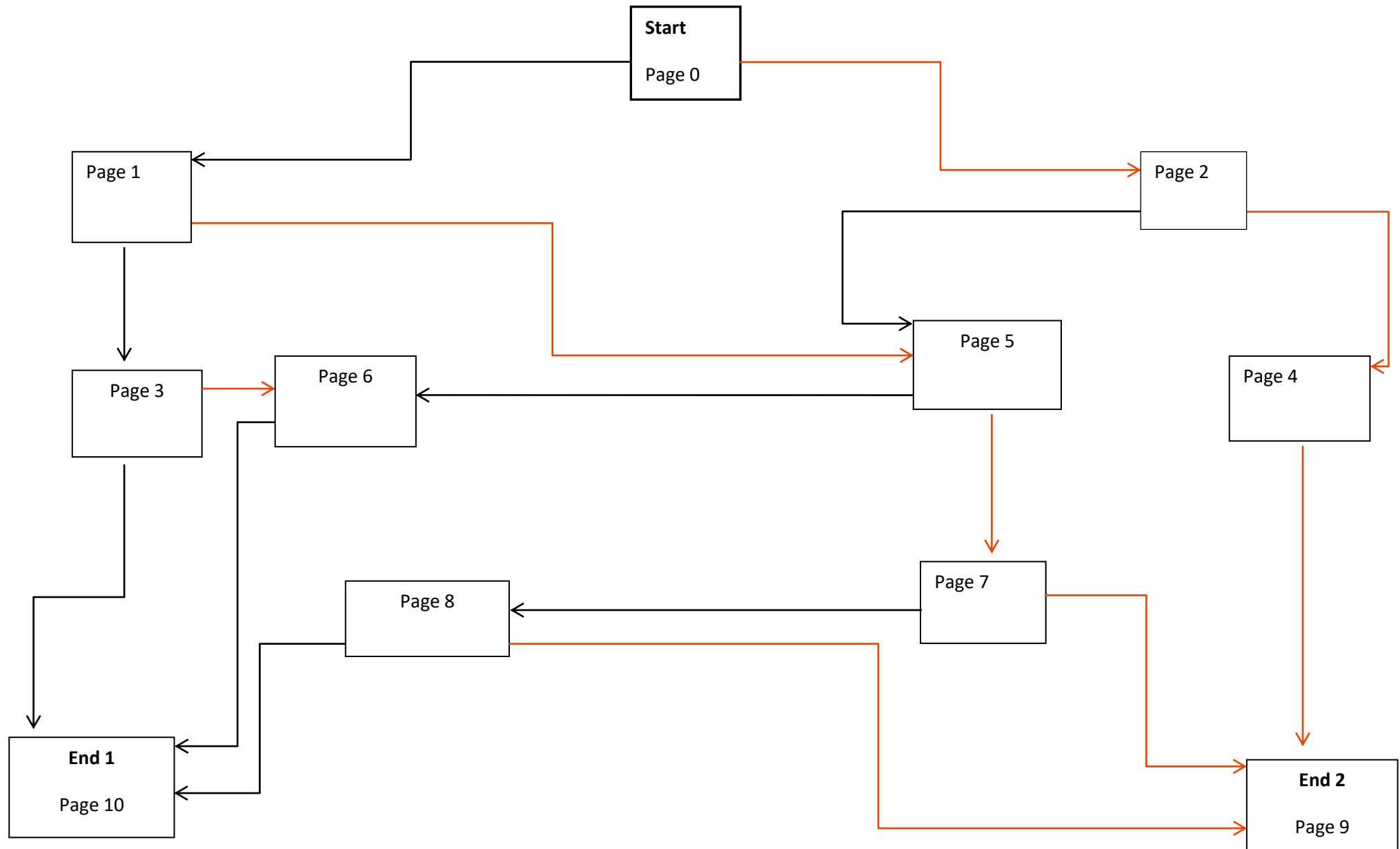
Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

# Cultivate school entrepreneurial mindset through holistic approach targeting teachers and pupils



enterschoolmind



## Τίτλος Ιστορίας: Διαγωνισμός Μαγειρικής

### Page 0

Μόλις έχεις επιστρέψει στο σχολείο από τις διακοπές του Πάσχα και βρίσκεσαι στη συγκέντρωση του σχολείου. Εκεί ομιλητής είναι ένας διατροφολόγος που ήρθε ως καλεσμένος για να σας μιλήσει για τη σημασία της υγιεινής διατροφής. Το σχολείο πρόσφατα έχει φτιάξει τον δικό του κήπο όπου μαθαίνετε πώς να καλλιεργείτε λαχανικά. Εσύ έχεις ήδη βοηθήσει για τη δημιουργία αυτού του κήπου, σκάβοντας το χώμα και φυτεύοντας σπόρους. Μετά την ομιλία για την υγιεινή διατροφή, ο διευθυντής λέει σε όλους τους μαθητές της χρονιάς σου ότι σε λίγες εβδομάδες θα γίνει ένας διαγωνισμός μαγειρικής στο σχολείο σου! Σε αυτόν τον διαγωνισμό, μαθητές και μαθήτριες από κάθε τάξη θα φτιάξουν ένα υγιεινό γεύμα, που όμως θα πρέπει φυσικά να είναι και εύγεστο! Εκεί θα υπάρχουν και κριτές που θα δοκιμάσουν την κάθε προσπάθεια και θα τη βαθμολογήσουν. Τότε οι φίλοι σου, που ήταν κατενθουσιασμένοι με αυτά τα νέα, σου ζητούν να μπεις στην ομάδα τους για τον διαγωνισμό. Τι θα κάνεις;

- a) Επειδή δε νιώθεις μεγάλη σιγουριά για τις μαγειρικές σου ικανότητες, τους λες ότι δε θέλεις να διαγωνιστείς. Τότε εκείνοι επιμένουν και σου λένε ότι θα σε βοηθήσουν με κάποια πράγματα που μπορεί να σε δυσκολέψουν. Έτσι, τελικά δέχεσαι να συμμετάσχεις στον διαγωνισμό και να μπεις στην ομάδα τους.
- b) Αποφασίζεις πως αν και η μαγειρική δεν είναι κάτι για το οποίο φημίζεσαι, είναι πάντα σημαντικό να προσπαθούμε να βελτιωνόμαστε και να ανήκουμε σε μια ομάδα. Έτσι, αποφασίζεις να πεις το ναι και να μπεις στην ίδια ομάδα με τους φίλους σου!

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 2.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 1.*

## Page 1

Την επόμενη μέρα την ώρα του γεύματος, εσύ και οι φίλοι σου κάνετε μια συνάντηση για να συζητήσετε για τον διαγωνισμό. Λέτε για το τι πιστεύετε ότι είναι η υγιεινή διατροφή και έχετε όλοι διαφορετικές απόψεις. Κάποιοι λένε πως το γεύμα που θα παρουσιάσετε δε θα πρέπει να περιέχει κρέας ενώ κάποιοι άλλοι λένε πως θα πρέπει να είναι χωρίς γλουτένη. Κάποιος άλλος λέει πως δε θα πρέπει να φτιάξετε γλυκό γιατί ούτε αυτό είναι καλή ιδέα για μια υγιεινή διατροφή. Έπειτα αποφασίζετε όλοι μαζί ότι ένα άτομο θα σκεφτεί και θα ετοιμάσει κάθε ένα από τα πιάτα. Ξεκινούν τότε όλοι να λογομαχούν μεταξύ τους για το ποιος θα κάνει τι και δυσκολεύεστε να μιλήσετε αφού ο ένας διακόπτει τον άλλον. Εσύ θέλεις να φτιάξεις το ρόφημα που θα συνοδεύσει το γεύμα. Η μαμά σου φτιάχνει έναν πεντανόστιμο χυμό από μήλο, καρότο και σέλερι που πιστεύεις πως θα κερδίσει τις εντυπώσεις, ωστόσο υπάρχει και κάποιος άλλος από την ομάδα που θέλει να φτιάξει το ρόφημα. Μετά από αρκετή συζήτηση, αποφασίζεις να φτιάξεις το επιδόρπιο, αφού κανείς άλλος δε θέλει να το φτιάξει. Τότε εσύ:

- a) *Νιώθεις απογοήτευση που δε θα κάνεις αυτό που θέλεις και αποφασίζεις να πας στο σπίτι ενός φίλου σου μετά το σχολείο για να παίξετε καλαθόσφαιρα. Έτσι, δε θα αναγκαστείς να σκεφτείς τι πρέπει να κάνεις μέχρι την επόμενη μέρα.*
- b) *Νιώθεις απογοήτευση που δε θα κάνεις αυτό που θέλεις, θυμάσαι όμως ότι αυτό δε θα πρέπει να σε κάνει να τα παρατήσεις. Αποφασίζεις λοιπόν να κάνεις λίγη έρευνα στο διαδίκτυο και να συζητήσεις με τη μαμά σου για διάφορα επιδόρπια που θα μπορούσες να φτιάξεις. Αυτό σε κάνει να νιώθεις καλύτερα και σου δίνει περισσότερη θέληση για να συνεχίσεις στον διαγωνισμό.*

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 5.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 3.*

## Page 2

Την επόμενη μέρα στο διάλειμμα, εσύ και οι φίλοι σου είχατε πει να κάνετε μια συνάντηση για τον διαγωνισμό. Ωστόσο, την ίδια ώρα είναι και η προπόνηση καλαθόσφαιράς που δε θα ήθελες να χάσεις με τίποτα κι έτσι προτιμάς να πας εκεί. Μετά την προπόνηση, ακούς απ' τους υπόλοιπους ότι ο ρόλος σου για τον διαγωνισμό θα είναι να φτιάξεις το επιδόρπιο. Το βράδυ ενώ έχεις πέσει για ύπνο, σκέφτεσαι διάφορα επιδόρπια που θα μπορούσες να φτιάξεις. Τα περισσότερα είναι γλυκά που έχουν φτιάξει οι γονείς σου ή που έχεις δοκιμάσει από την καντίνα στο σχολείο. Σου αρέσουν πολύ τα επιδόρπια που περιέχουν σοκολάτα, όπως η μους σοκολάτας και η σοκολατίνα που είχες στα γενέθλιά σου. Απ' την άλλη, δεν θεωρείς ότι αυτές είναι και οι πιο υγιεινές επιλογές για επιδόρπιο. Αποφασίζεις λοιπόν να μιλήσεις με κάποιον που μπορεί να σε βοηθήσει μ' αυτό. Τι θα κάνεις;

- a) **Αποφασίζεις ότι δε θα ασχοληθείς και πολύ με το αν το επιδόρπιο θα είναι υγιεινό ή όχι, αρκεί να έχει ωραία γεύση.**
- b) **Συζητάς με τη μαμά σου για το ποια επιδόρπια θεωρούνται λιγότερο ανθυγιεινά και ενθουσιάζεσαι όταν ακούς πως υπάρχουν πολλές επιλογές με φρούτα και λιγότερη σοκολάτα που είναι εξίσου ωραία!**

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 4.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 5.*

### Page 3

Η θεία σου που είναι σεφ είχε έρθει για δείπνο στο σπίτι σας χθες το βράδυ και της μίλησες για την έρευνα που είχες κάνει πάνω στα επιδόρπια. Εκείνη είχε δείξει μεγάλο ενδιαφέρον για το τι έχεις βρει στο διαδίκτυο και ξεκίνησε να σου λέει για κάποιες συνταγές που έχει επινοήσει η ίδια ως σεφ. Σου είχε πει πως όταν εργαζόταν ως σεφ σε ένα κρουαζιερόπλοιο, κάθε φορά που σταματούσε το πλοίο σε κάποια άλλη χώρα κατέβαινε και πήγαινε στις τοπικές αγορές για να δει όλα τα διαφορετικά φαγώσιμα που μπορούσε να βρει. Κάποιες φορές έβρισκε φρούτα και ξηρούς καρπούς που δεν είχε ξαναδεί, αγόραζε λίγα και έψαχνε τρόπους με τους οποίους θα μπορούσε να τα μαγειρέψει για να φτιάξει καινούργιες συνταγές! Εσύ ενθουσιάζεσαι όταν την ακούς να μιλάει γι' αυτό το θέμα. Της εξηγείς λοιπόν ότι την πρώτη φορά που είδες ένα ρόδι δεν ήθελες να δοκιμάσεις γιατί σου φαινόταν πολύ παράξενο στην όψη. Ωστόσο, μόλις δοκίμασες λίγο ξετρελάθηκες με τη γεύση του κι από τότε είναι ένα απ' τα αγαπημένα σου φρούτα. Λίγο πριν φύγει, η θεία σου σε προσκάλεσε να πας στο εστιατόριο που διευθύνει και να δοκιμάσεις διάφορα επιδόρπια που φτιάχνουν εκεί. Τι κάνεις τότε;

- a) Το εστιατόριο της θείας σου είναι κάπως μακριά και νιώθεις ήδη αρκετά καλά με αυτά που έχεις μάθει ήδη. Έτσι, αποφασίζεις να μην πας και να βρεις μια συνταγή από το βιβλίο μαγειρικής που έχετε στο σπίτι.
  
- b) Αργότερα εκείνη τη βδομάδα, δεν πας να παίξεις μπάσκετ με τους φίλους σου για να πας στην καφετέρια της θείας σου. Με τη βοήθεια της θείας σου αποφασίζεις να κάνεις μια συνταγή για επιδόρπιο που πιστεύεις ότι είναι και εύγεστο αλλά και υγιεινό. Επίσης είναι και λίγο ασυνήθιστο γιατί περιέχει φρούτα και ξηρούς καρπούς.

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 6.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 10.*

#### Page 4

Αποφασίζεις να φτιάξεις μια μους σοκολάτας και ρωτάς τη μαμά σου αν μπορείς να χρησιμοποιήσεις τη συνταγή της. Εκείνη σου εξηγεί κάθε ένα από τα βήματα που θα πρέπει να ακολουθήσεις, αλλά και τι μπορεί να πάει λάθος με τη συγκεκριμένη συνταγή. Μια φορά που η μαμά σου είχε φτιάξει τη μους, η σοκολάτα δεν έλιωσε όπως έπρεπε, με αποτέλεσμα το γλυκό να έχει μεγάλα κομμάτια σοκολάτας αντί να ολόκληρο το μίγμα λιωμένο. Εσύ καταγράφεις προσεκτικά όλα τα βήματα και κάνεις απορίες όταν δεν καταλαβαίνεις τι ακριβώς θα πρέπει να κάνεις. Αποφασίζεις επίσης να ξαναφτιάξεις μια μους για την οικογένειά σου μέσα στη βδομάδα πριν τον διαγωνισμό, για να εξασκηθείς στην εκτέλεση της συνταγής.

*Πήγαινε στη σελίδα 9.*



## Page 5

Αποφασίζεις ότι το επιδόρπιο που θα φτιάξεις θα περιέχει φρούτα. Γνωρίζεις ότι αυτό θα είναι σίγουρα πιο υγιεινό από άλλες επιλογές, ωστόσο δε γνωρίζεις ποιοι συνδυασμοί έχουν ωραία γεύση σε γλυκά με φρούτα κι έτσι αποφασίζεις να κάνεις ένα πείραμα. Εσύ και η μαμά σου πάτε για ψώνια και παίρνετε μικρές ποσότητες από διάφορα φρούτα: μήλα, αχλάδια, πορτοκάλια, σταφύλια, μάνγκο και κεράσια. Κόβετε τα φρούτα σε μικρά κομματάκια και βάζετε σε μερικά μπολ διαφορετικούς συνδυασμούς φρούτων. Μετά το δείπνο, ζητάς από τους γονείς σου και την αδερφή σου να δοκιμάσουν λίγο από το κάθε μπολ και να σου πουν τους τρεις καλύτερους συνδυασμούς φρούτων. Αυτό ήταν πολύ διασκεδαστικό, αφού είχατε την ευκαιρία να συζητήσετε, να γελάσετε και να καταλήξετε στους συνδυασμούς που σας άρεσαν περισσότερο. Το θέμα ήταν ότι όλοι είχατε διαφορετική άποψη για το ποιοι ήταν οι καλύτεροι συνδυασμοί. Τι θα κάνεις τώρα;

- a) Νιώθεις ότι σκέφτηκες αρκετά για το συγκεκριμένο θέμα και πως θα χρησιμοποιήσεις τον δικό σου αγαπημένο συνδυασμό φρούτων μέσα στο γλυκό.
- b) Τηλεφωνείς στη θεία σου που είναι σεφ και συζητάς μαζί της τους διάφορους συνδυασμούς φρούτων και αν κάποιοι συνδυασμοί θα είναι καλύτεροι από άλλους. Αυτό σίγουρα σε βοηθάει να καταλήξεις στο ποια φρούτα θα χρησιμοποιήσεις.

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 7.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 6.*

## Page 6

Τώρα επιτέλους νιώθεις ευχαρίστηση για τη συνταγή που επέλεξες! Όταν όμως ακούς τους υπόλοιπους μαθητές στο σχολείο να συζητούν για τις συνταγές τους, καταλαβαίνεις ότι εσύ σήμερα δεν έχεις όρεξη να ασχοληθείς με τον διαγωνισμό. Τότε συζητάς αυτή την απόφαση με τον αγαπημένο σου δάσκαλο στο σχολείο και εκείνος σου υπενθυμίζει όλα τα θετικά που θα έρθουν με τη συμμετοχή σου στον διαγωνισμό. Κάποια από αυτά που σκέφτεσαι εσύ είναι το ότι θα διασκεδάσεις με τους φίλους και τις φίλες σου, το ότι θα μάθεις να φτιάχνεις γλυκά, αλλά και η ικανοποίηση που θα νιώσεις για το ότι κατάφερες να δημιουργήσεις κάτι απ' την αρχή! Τότε, γράφεις όλα τα θετικά πάνω σε ένα χαρτί και το τοποθετείς στον τοίχο του υπνοδωματίου σου για να μην τα ξεχνάς. Τώρα πια απέκτησες και πάλι όρεξη για να εξασκηθείς για τον διαγωνισμό!

*Πήγαινε στη σελίδα 10.*

## Page 7

Παρατηρείς ότι τώρα που αποφάσισες ποιο γλυκό θα φτιάξεις, νιώθεις λιγότερο ενδιαφέρον και για το γλυκό αλλά και γενικότερα τον διαγωνισμό. Σκέφτεσαι ότι χρειάζεσαι ακόμη μια πρόκληση για να διατηρήσεις το ενδιαφέρον σου γιατί ξέρεις ότι πάντα λειτουργείς καλύτερα όταν έχεις ένα ξεκάθαρο στόχο στο μυαλό σου. Θυμάσαι τότε τον δάσκαλό σου να σας λέει στην τάξη ότι για να πετύχεις ένα μεγάλο στόχο, είναι καλό να βάζεις άλλους μικρότερους στόχους για να σε βοηθούν να διατηρείς τη θέληση και τη συγκέντρωσή σου. Έτσι, σκέφτεσαι ότι θα μπορούσες να δοκιμάσεις να φτιάξεις το γλυκό για να σε βοηθήσει με αυτό. Τότε:

- a) ρωτάς τη μαμά σου αν μπορείς να προσκαλεις στο σπίτι σας για δείπνο κάθε βδομάδα κι ένα διαφορετικό σου φίλο ή φίλη, για να φτιάχνεις το γλυκό σου και με αυτό τον τρόπο να εξασκείσαι μέχρι τη μέρα του διαγωνισμού.
  
- b) Σκέφτεσαι να φτιάξεις το γλυκό για την οικογένειά σου ένα βράδυ σαν έκπληξη για μετά το δείπνο.

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 9.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 8.*

## Page 8

Έχουν μείνει δύο βδομάδες μέχρι τον διαγωνισμό. Εσύ νιώθεις μεγάλη χαρά με την επιλογή που έχεις κάνει για το επιδόρπιο και πλέον έχεις μάθει να το φτιάχνεις πολύ καλά! Κάθε φορά που το φτιάχνεις, καταλαβαίνεις ότι το γλυκό γίνεται ολοένα και πιο ωραίο. Με τις δοκιμές είχες επίσης την ιδέα να προσθέσεις μικρά κομματάκια από ξηρούς καρπούς πάνω στο γλυκό, για να προσθέσεις περισσότερη γεύση αλλά και κάτι πιο τραγανό μέσα στο γλυκό σου. Κάνετε μια τελική ομαδική συνάντηση για τον διαγωνισμό στο σπίτι ενός φίλου σας. Νιώθετε όλοι μεγάλη αισιοδοξία για τα πιάτα σας και τώρα ήρθε η ώρα να φτιάξετε ένα μενού για την παρουσίασή τους. Ωστόσο, ο αδερφός του φίλου σας βλέπει τηλεόραση στην άλλη πλευρά του δωματίου και είναι πολύ δύσκολο για εσάς να συγκεντρωθείτε για να φτιάξετε το μενού. Και σαν να μην έφτανε αυτό, κάποιοι από τους υπόλοιπους φίλους σου ξεκινούν να συζητούν για την ταινία που παίζει στην τηλεόραση. Εσύ τότε προσπαθείς να τραβήξεις την προσοχή όλων, αλλά αυτό δεν είναι και το πιο εύκολο πράγμα. Τι σκέφτεσαι να κάνεις;

- a) Εισηγείσαι να συζητήσετε για ακόμα πέντε λεπτά για το μενού και στη συνέχεια να παρακολουθήσετε όλοι μαζί την ταινία.
- b) Εισηγείσαι να πάτε πάνω στο υπνοδωμάτιο του φίλου σας για να έχετε την ησυχία που χρειάζεστε και να μην έχετε κάτι να σας αποσπά την προσοχή.

*Αν απάντησες το Α, πήγαινε στη σελίδα 9.*

*Αν απάντησες το Β, πήγαινε στη σελίδα 10.*

## Page 9

Επιτέλους έφταση η μεγάλη μέρα του διαγωνισμού! Εσύ και η υπόλοιπη ομάδα ξεκινάτε να μαγειρεύετε όλο όρεξη σε μια από τις κουζίνες του σχολείου. Περνάτε πολύ ωραία μαγειρεύοντας και βοηθάτε ο ένας τον άλλον όποτε χρειάζεται κάποιος βοήθεια. Η κοτόπιτα που έφτιαξε ο φίλος σου δεν είναι τόσο επιτυχημένη και θέλει να την πετάξει και να ξεκινήσει να φτιάχνει άλλη από την αρχή. Τότε όλοι οι υπόλοιποι τον ενθαρρύνετε να συνεχίσει και να μην ανησυχεί αν δεν είναι τέλεια, αρκεί να βάλει τα δυνατά του και να κάνει ό,τι καλύτερο μπορεί. Όλοι μαζί καταφέρνετε να ετοιμάσετε ένα ολόκληρο γεύμα και όταν οι κριτές έρχονται στον πάγκο σας, καταλαβαίνετε ότι τους αρέσει αυτό που δοκιμάζουν και ότι τους φαίνεται εύγευστο αλλά και υγιεινό. Παίρνετε έναν πολύ καλό βαθμό για την προσπάθειά σας και έπειτα συνεχίζετε να περνάτε καλά και δοκιμάζετε φαγητά από τις προσπάθειες των άλλων ομάδων. Ήταν μια πολύ δημιουργική και ψυχαγωγική μέρα!

## Τέλος

## Page 10

Επιτέλους έφτασε η μεγάλη μέρα του διαγωνισμού! Εσύ και οι υπόλοιποι φτιάξατε ένα μενού με πέντε διαφορετικά πιάτα. Βρήκατε επίσης εικόνες φαγητών και ποτών για να το διακοσμήσετε και ένας από τους φίλους σου που είναι καλός στη χρήση των Η/Υ εκτύπωσε τον κατάλογο σε ειδικό χαρτί για να τον κάνει να δείχνει ακόμα πιο επαγγελματικός! Ο διαγωνισμός ξεκινά και εσύ και η υπόλοιπη ομάδα ξεκινάτε να μαγειρεύετε όλο όρεξη σε μια από τις κουζίνες του σχολείου. Περνάτε πολύ ωραία μαγειρεύοντας και βοηθάτε ο ένας τον άλλον όποτε χρειάζεται κάποιος βοήθεια ή νιώθει να αγχώνεται. Όταν οι κριτές έρχονται στον πάγκο σας, καταλαβαίνετε ότι τους αρέσει αυτό που δοκιμάζουν και ότι τους φαίνεται και εύγεστο αλλά και υγιεινό. Όμως το καλύτερο από όλα, είναι όταν ανακοινώνονται οι βαθμολογίες και μαθαίνετε ότι έχετε κερδίσει το πρώτο βραβείο! Όλοι οι υπόλοιποι μαθητές σας συγχαίρουν και ζητούν να δοκιμάσουν από τα πιάτα που ετοιμάσατε. Όσον αφορά το επιδόρηπίο σου, έγινε ανάρπαστο και όλοι είχαν να πουν τα καλύτερα λόγια! Συγχαρητήρια λοιπόν!

## Τέλος