

# ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΜΕΛΙΤΗ, 22 Ιανουαρίου 2007

ΟΜΑΔΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΜΑΘΗΤΕΣ ΤΗΣ Ε΄ ΤΑΞΗΣ  
ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ  
ΜΕΛΙΤΗΣ

Υπεύθυνος Προγράμματος :  
**Ζαμπούνης Δημήτρης**

ΘΕΜΑ :« ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ»

Η Ομάδα Αγωγής Υγείας των μαθητών της Ε΄ τάξης του 8/θ Δημοτικού Σχολείου Μελίτης, τη Δευτέρα, 22 Ιανουαρίου 2007 πραγματοποίησε έρευνα σε όλες τις τάξεις του σχολείου :

1. για την πρωινή διατροφή των μαθητών στο σπίτι,
2. στο διάλειμμα του σχολείου και
3. για τη διατροφή στους στο Ολοήμερο.

Οι ερωτήσεις που υποβλήθηκαν σε κάθε μαθητή ήταν:

- Η τάξη
- Το φύλο, αγόρι – κορίτσι
- Τι έφαγε, τι ήπια το πρωί πριν έρθει στο σχολείο
- Τι έφαγε στο διάλειμμα

Για τους μαθητές που συνεχίζουν στο Ολοήμερο σχολείο:

- Ποιο θα είναι το γεύμα του για το μεσημέρι

Οι απαντήσεις όλων των μαθητών συνοψίζονται στους πίνακες και τα γραφήματα που ακολουθούν:

## ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΤΑΞΗ :

Μελίτη, 22/1/2007

ΑΓΟΡΙ :

ΚΟΡΙΤΣΙ :

✚ Τι έφαγες και τι ήπιες στο σπίτι, πριν έρθεις στο σχολείο;

1. Αβγό
2. Τοστ
3. Μερέντα
4. Μαρμελάδα
5. Μέλι
6. Κουλούρι
7. Τυρόπιτα
8. Σάντουιτς
9. Κορν-Φλέικς
10. Κρουασάν
11. Γάλα
12. Χυμό
13. Τσάι
14. Κάτι άλλο  Τι;

✚ Τι έφαγες στο διάλειμμα:

1. Σάντουιτς από το σπίτι
2. Αγόρασα από το Κυλικείο  Τι;
3. Ψώνισα από το Σούπερ  Τι;
4. Ψώνισα από Περίπτερο  Τι;
5. Τίποτα
6. Κάτι άλλο;  Τι;

✚ Πηγαίνεις στο Ολοήμερο; Ναι:  Όχι:

➤ Αν ναι, τι θα γευματίσεις στο **Ολοήμερο** το μεσημέρι;



Μελίτη, 22-1-2007

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΚΑΙ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ  
8/Θ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕΛΙΤΗΣ

Ταχ. Δ/ση :Μελίτη -53100  
eMail :mail@dim-melit.flo.sch.gr  
Τηλέφωνο : 2385037250

Προς  
1.Γονείς και Κηδεμόνες  
Δημοτικού Σχολείου  
Μελίτης  
2.Μαθητές Δημοτικού Σχολείου

### ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

#### Αγαπητοί γονείς,

σας ανακοινώνουμε τα αποτελέσματα της έρευνας για τη διατροφή των μαθητών κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στο σχολείο, που πραγματοποίησαν οι μαθητές της Ε΄ τάξης του Δημοτικού Σχολείου Μελίτης, ως Ομάδα του Προγράμματος της Αγωγής Υγείας, στις 22/1/2007. Όλα καταγράφηκαν σε πίνακες - γραφήματα και οι κυριότερες παρατηρήσεις είναι οι εξής:

1. Το δυναμικό του σχολείου είναι 117 μαθητές. Απουσίαζαν 15 μαθητές (λόγω γρίπης). **Αγόρια =56, κορίτσια = 46.**
2. Το δυναμικό του **Ολοήμερου** είναι 29 μαθητές και παρακολούθησαν τα μαθήματα εκείνη την ημέρα **23 μαθητές.** Απουσίαζαν 6 μαθητές.

Τα συμπεράσματα από τους πίνακες είναι :

Α. Από τα στοιχεία του 1<sup>ου</sup> Πίνακα με την ερώτηση προς το μαθητή «**Τι έφαγε, τι ήπια πριν έρθει το πρωί στο σχολείο**» προκύπτουν τα εξής αποτελέσματα με παρόντες **102** μαθητές:

α/α	Γάλα	Τοστ	Χυμός	Τυρόπιτα	Μερέντα	Κουλούρι	Κορνφλέϊκς	Μέλι	Μπισκότα	Κρουσάν	Αβγό	Σάβουιτς	Τσάι	Τίποτα
Αγόρια	40	4		1	5	2	8	5	1	1		1	1	5
Κορίτσια	38	8	4		7	2	10	1	1	2	2		1	2

Συμπέρασμα : Διαπιστώνουμε δυστυχώς ότι **7** μαθητές έρχονται τελείως **νηστικοί** στο σχολείο και τρώνε πολύ αργά, στις 10:00πμ και **3** μαθητές δεν τρώνε ούτε στο διάλειμμα. Φροντίζουμε οπωσδήποτε κάτι να φάνε, πριν να έρθουν στο σχολείο.

Β. Από τα στοιχεία του 2<sup>ου</sup> Πίνακα με την ερώτηση «Τι έφαγες στο διάλειμμα» προκύπτουν τα εξής:

a/a	Μπισκότα	Σάντουιτς σπιτιού	Χυμός	Κρουασάν	Τυρολουκανόπιτα	Τόστ	Κουλούρι	Σοκολάτα	Φρούτο	Τίποτα
Αγόρια	3	14		1	10	6	5	1	1	13
Κορίτσια	2	14	3	5	7	8	9			1

Συμπέρασμα : Σε σύγκριση με την περασμένη σχολική χρονιά, όλοι μας πρέπει να αισθανόμαστε καλύτερα, γιατί οι μαθητές μας, τα παιδιά σας, τρέφονται υγιεινά. Επιτέλους εξαλείφθηκαν από το σχολείο **τα πατατάκια και τα γαριδάκια και αξίζουν σε σας και τα παιδιά σας θερμά συγχαρητήρια**. Υπάρχουν όμως και **14** μαθητές που δεν τρώνε κάτι στο διάλειμμα και πρέπει οπωσδήποτε να φροντίσουν οι γονείς για τη σωστή διατροφή και υγιεινή σωματική ανάπτυξη των παιδιών τους.

Γ. Από τον 3<sup>ο</sup> Πίνακα με την ερώτηση «Τι θα γευματίσεις;» προς τους 23 παρόντες μαθητές του **Ολοήμερου**, προκύπτουν τα εξής:

a/a	Γεύμα από το σπίτι	Σάντουιτς	Κρουασάν	Τυρόπιτα	Τόστ	Αβγά	Κουλούρι	Τίποτα
Αγόρια	5			1	2		1	1
Κορίτσια	7	1	1	2	1	1		1

Η διατροφή των μαθητών του Ολοήμερου βρίσκεται σε μέτρια κατάσταση. Από τους 23 μαθητές, οι 12 γευματίζουν με τροφή από το σπίτι, οι 9 κάτι τρώνε και δυστυχώς 2 μαθητές θα μείνουν νηστικοί ως τις 4μμ.

#### Τελικά συμπεράσματα:

- Φροντίζουμε να μην έρχονται οι μαθητές το πρωί **νηστικοί** στο σχολείο. Το γεγονός αυτό δεν δικαιολογεί καμιά οικογένεια γιατί **βάζετε σε κίνδυνο την υγεία των παιδιών**.
- Ενημερωθείτε για την προέλευση των **Κορν – φλέϊκς**, κάποια είναι επικίνδυνα.
- Υπάρχει και η καλή πλευρά, όπου οι περισσότεροι μαθητές τρέφονται με **παραδοσιακές τροφές**.
- Όλοι οι μαθητές του **Ολοήμερου** πρέπει οπωσδήποτε κάτι να **τρώνε** το μεσημέρι, κανείς δεν πρέπει να μένει τελείως **νηστικός**.
- Πιστεύουμε πως με τη **συνεργασία** σας θα πάμε ακόμα καλύτερα με το θέμα της διατροφής των παιδιών.

Με εκτίμηση,  
Ο Διευθυντής του Σχολείου

Μιχάλης Μυλωνάς