**ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΟΝΟΜΑ: …………………………………………….**

Η πιο σημαντική συνήθεια διατροφής που πρέπει να αποκτήσει ένα παιδί για όλη τη διάρκεια της ζωής του είναι η λήψη πρωινού γεύματος. Στη χώρα μας συνεχώς αυξάνεται ο αριθμός των παιδιών που δεν τρώνε πρωινό, με το πρόσχημα ότι ξυπνούν αργά και «δεν προλαβαίνουν» να πάνε στην ώρα τους στο σχολείο. Άλλα πάλι θεωρούν ότι με τη λήψη πρωινού «ανακατεύεται το στομάχι τους» στο σχολικό λεωφορείο.

Καλό είναι τα παιδιά να ξυπνούν νωρίτερα και να λαμβάνουν ένα ισορροπημένο πρωινό χωρίς να βιάζονται ή ακόμα και να μάθουν να το προετοιμάζουν μόνα τους. Μελέτες έχουν δείξει ότι τα παιδιά τα οποία δεν τρώνε πρωινό έχουν μικρότερη επίδοση στις εργασίες που απαιτούν συγκέντρωση και εγρήγορση, ενώ μοιάζουν πολλές φορές πιο κουρασμένα και νωχελικά.

Ένας κύριος λόγος για τη μειωμένη επίδοση στο σχολείο όταν το παιδί δεν παίρνει πρωινό είναι η μείωση των επιπέδων γλυκόζης στο αίμα, με αποτέλεσμα ο εγκέφαλος και το νευρικό σύστημα να μη λειτουργούν σωστά. Γι’ αυτό χρειάζονται μικρά και συχνά γεύματα, κυρίως «δεκατιανό». Ένα ισορροπημένο πρωινό ή κολατσιό με φυτικά λιπαρά χορταίνει το παιδί και το εμποδίζει από παχυντικά σνακ ανάμεσα στα γεύματα, που ενοχοποιούνται για παχυσαρκία.

Δημήτριος Χιώτης, Παιδίατρος-Ενδοκρινολόγος

Ένθετο Popular Medicine, εφημερίδα Η Καθημερινή, Απρίλιος 2006

1. **Ποιο θέμα παρουσιάζεται στο άρθρο;**

……………………………………………………………………………………………………………

1. **Ποιος εκφράζει την άποψή του;**

…………………………………………………………………………………………………………….

1. **Στο κείμενο αναφέρονται τα επιχειρήματα που χρησιμοποιούν τα παιδιά που δεν τρώνε πρωινό. Να τα βρεις και να τα γράψεις παρακάτω:**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………..……….

…………………………………………………………………………………………………..……….

……………………………………………………………………………………………………………

1. **Ποια είναι τα επιχειρήματα υπέρ του πρωινού που αναφέρονται στο άρθρο; Μπορείς να προσθέσεις και δικά σου.**

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………..……………………….…….

…………………………………………………………………………………………………..………...

…………………………………………………………………………………………………………….

1. **Να γράψεις έναν διάλογο ανάμεσα σε δύο παιδιά σχετικά με το αν πρέπει ή όχι να παίρνουν πρωινό.**

Σε φύλλο χαρτί ή στο τετράδιό σου.

* *Στο σχολείο μάς διδάσκουν ιστορία, γεωγραφία, γραμματική, μαθηματικά. Σε τι χρησιμεύουν όλα αυτά;*
* Μα ακριβώς, αυτές είναι μερικές γνώσεις που είναι απαραίτητες για τη ζωή μέσα στην κοινωνία και σου χρειάζονται για να κατανοήσεις τους ανθρώπους γύρω σου και τον κόσμο όπως είναι φτιαγμένος. Αυτά που μαθαίνεις στο σχολείο είναι οι γενικές γνώσεις, όπως λέμε.
* *Τα μαθηματικά όμως δε μου αρέσουν! Δε χρησιμεύουν σε τίποτα.*
* Τα χρειάζεσαι, παρ’ όλα αυτά, για να ξέρεις να κάνεις αριθμητικές πράξεις, να μετράς τα χρήματά σου, να αγοράζεις τα ρούχα σου και να πηγαίνεις σινεμά. Και εξάλλου, αν δεν υπήρχαν τα μαθηματικά, οι μηχανικοί δε θα μπορούσαν να κατασκευάσουν τις γέφυρες, τα αεροπλάνα και τα αυτοκίνητα. Οι θετικές επιστήμες, τα μαθηματικά, η φυσική, η χημεία, η βιολογία, συγκαταλέγονται στις γνώσεις που είναι απαραίτητες για να κατανοήσεις τον κόσμο. Καθετί που σε περιβάλλει είναι προϊόν των μεγάλων ανακαλύψεων. Για να κατανοήσεις το σύμπαν, τον τρόπο που αυτό λειτουργεί, από το μέγιστο μέχρι το απειροελάχιστο…

Jerome Clement, Συζητώντας με την κόρη μου για τον πολιτισμό, εκδ.Μεταίχμιο

1. **Ανάμεσα σε ποιους νομίζεις ότι έγινε ο παραπάνω διάλογος;**

…………………………………………………………………………………………………………….........

1. **Για ποιο θέμα εκφράζονται επιχειρήματα στον παραπάνω διάλογο; (κύκλωσε το σωστό)**

α) Πρόταση εισαγωγής νέων μαθημάτων στα σχολεία.

β) Πόσο σημαντικό εφόδιο είναι η μόρφωση σε κάθε άνθρωπο.

γ) Η σημασία των μαθηματικών στη ζωή μας.

1. **Η μαθήτρια δηλώνει πως τα μαθηματικά δε χρησιμεύουν σε τίποτα, χωρίς να διατυπώνει συγκεκριμένα επιχειρήματα. Με ποια επιχειρήματα θα μπορούσε να υποστηρίξει την άποψή της;**

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

1. **Να προσθέσεις ακόμα 3 επιχειρήματα σ’ αυτά που αναφέρονται στον διάλογο για τη χρησιμότητα των μαθηματικών. Να χρησιμοποιήσεις υποθετικές προτάσεις, όπως:**

Αν έλειπαν τα μαθηματικά από τη ζωή μας, ……………………………………………………………..

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………………….

1. **Να μετατρέψεις τον παραπάνω διάλογο σε συνεχές κείμενο. Μπορείς να αρχίσεις κάπως έτσι:**

Ο …………………….. συζητάει με ……………………………………. για ………………………….

Σε φύλλο χαρτί ή στο τετράδιό σου.