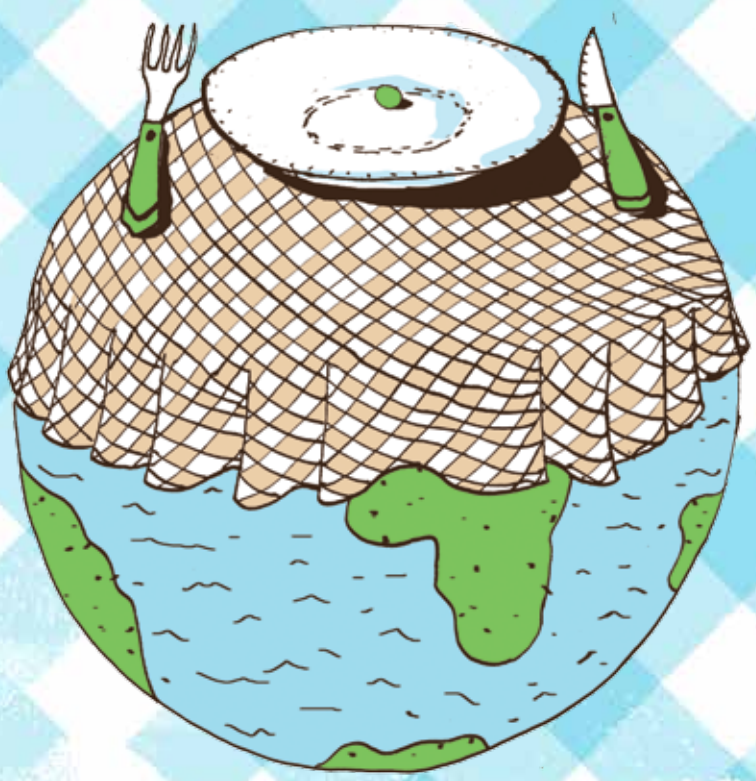
ODGOVORNO S HRANO!

7 KORAKOV DO ODGOVORNEGA PREHRANJEVANJA



METODOLOŠKI PRIROČNIK ZA UČITELJE

Metodologija je namenjena vsem starostnim skupinam. Za vsako starostno skupino je besedilo povezano z določeno ikono.

Besedilo za vrtce

Besedilo za osnovne šole

Besedilo za srednje šole

PRIPOROČILO: Navdih lahko najdete pri dejavnostih, namenjenih različnim starostnim skupinam. Nekatere dejavnosti se lahko prilagodijo za mlajše ali starejše učence.

»Prehranska pismenost je osnovno znanje, ki smo ga našim otrokom in bodočim generacijam dolžni zagotoviti.«

IRENA TOMAŽIN

Dragi učitelji ...
Metodološki priročnik, ki ga držite v rokah, je nastal kot del projekta Odgovorno s hrano. Namen projekta je pomagati mladim iz držav članic Evropske unije razumeti povezavo med njihovimi prehranjevalnimi navadami in globalnimi izzivi prihodnjih generacij ter narediti najboljšo mogočo promocijo za trajnosten način življenja glede na svet, ki nas obdaja.

Načini proizvodnje, distribucije in porabe hrane imajo velikanski vpliv ne samo na naše zdravje, temveč tudi na naravne vire, podnebne spremembe, izgubljanje biotske raznovrstnosti in okoljske spremembe. Vse to vpliva na kakovost življenja ljudi na različnih koncih sveta. Vsak dan sprejemamo odločitve, ki vplivajo na svet okoli nas. Z odgovornim prehranjevanjem lahko vplivamo na svet, ki nas obdaja. Kako to storiti? Tako, da jemo z zavedanjem, kaj damo na krožnik, to naj ne bi koristilo samo nam, temveč tudi svetu okoli nas.

Metodologija projekta Odgovorno s hrano uporablja preizkušen koncept 7 korakov, ki ga uporabljajo ekošole po vsem svetu. Ekošolam prinaša novo, privlačno in sodobno tematiko, ki je tesno povezana z drugimi temami, ki jih obravnavajo. Njihov cilj je dati vam, učiteljem, podporo pri vključevanju teme o odgovornem prehranjevanju v učni proces. Poudarja globlje razumevanje problema in ponuja posebne metode za obravnavanje teme z učenci.

Zavedamo se, kako široka je tema o odgovornem prehranjevanju in da je pravzaprav ni mogoče zajeti v celoti. Zato smo jo razdelili na šest podtem: lokalna in sezonska hrana, agrobiodiverziteta, zavržena hrana, predelana hrana in palmovo olje, poraba mesa in načini proizvodnje bio, pravična trgovina.

Upamo, da boste ob delu s tem metodološkim priročnikom uživali!

Sodelavci programa Ekošola

Kot del projekta Odgovorno s hrano (»Eat Responsibly! An action–oriented global learning program for EYD 2015 and beyond«) smo pripravili naslednje:

- Poglavje o hrani
- Spletno stran projekta Odgovorno s hrano, http://www.eatresponsibly.eu/sl/
- Nacionalno Facebook stran projekta, https://www.facebook.com/odgovornoshrano/
- Mednarodno Facebook stran projekta Odgovorno s hrano

7 korakov do odgovornega prehranjevanja

Odbor ekošole

- Sestava skupine za temo odgovornega prehranjevanja.
- Razdelitev vlog in določitev nalog med člani skupine.
- Motiviranje za tematiko o hrani.

...9

Ocena prehranjevanja

- Raziskovanje prehranjevanja v šolskih jedilnicah in pogled v naše domove.
- Ocena rezultatov raziskovanja in predlogi o izboljšavah.

...15

Akcijski načrt

- Iz rezultatov raziskav o prehranjevanju je treba ugotoviti, katero področje iz projekta Odgovorno s hrano potrebuje izboljšave.
- Dogovor o tem, kaj natančno je treba spremeniti.
- Izdelava letnega načrta, ki nam bo pomagal približati se odgovornemu prehranjevanju.

...21

Nadzor in ocena

- Dogovor o tem, kako zabeležiti in oceniti nenehno doseganje ciljev.
- Nenehno nadzorovanje in ocenjevanje naših korakov.

...27

Delo po učnem načrtu

- Prizadevati si dojeti globalni pogled na odgovorno prehranjevanje.

...31

Obveščanje in vključevanje

- Obveščanje drugih – zunaj šole in na šoli – o našem napredku pri odgovornem prehranjevanju.
- Organiziranje dogodka o odgovornem prehranjevanju za ravnatelje, starše in javnost.
- Sodelovanje s starši, širšo javnostjo, strokovnjaki za prehrano, kmeti, kuharji, prodajalci ...

...35

EKO-LISTINA – izjava o odgovornem prehranjevanju

- Dogovor o tem, kaj je v zvezi z odgovornim prehranjevanjem pomembno za nas, in to dodati na našo ekolistino.

...47

Poznate eno najbolj znanih slovenskih tradicionalnih jedi?

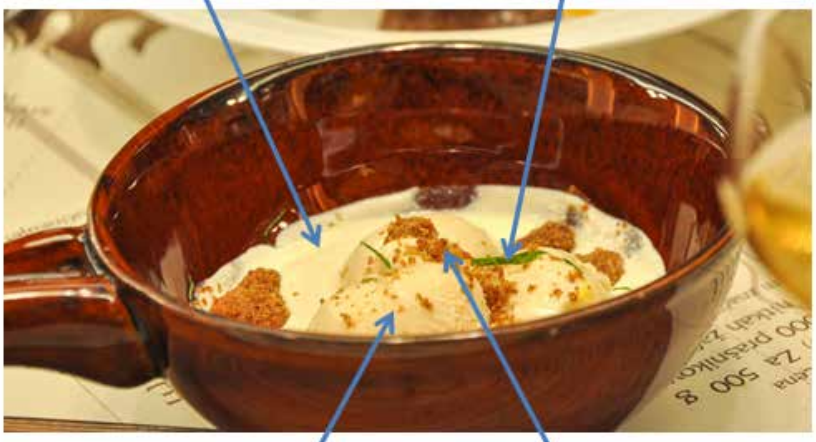
Tradicionalno so jed pripravljali potreseno z ocvirki, poleg pa so ponudili skledico kislega mleka. Ste ugotovili, o kateri jedi govorimo?

Da, to so **ajdovi žganci.**

TELEČJA OBARA Z ŽGANCI

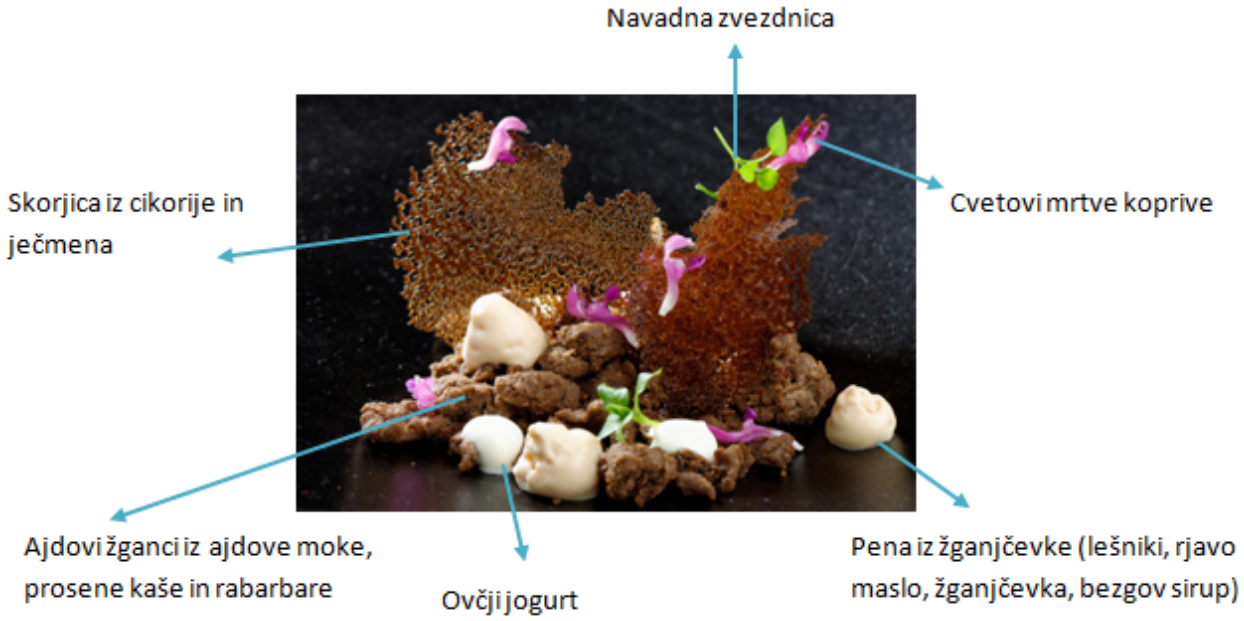
ŽGANCI KOT SLADICA: SLADOLEDNI ŽGANCI – AJDOV SLADOLED, MASOVNIK, META IN »OCVIRKI«

po receptu priljubljenega chefa Bineta Volčiča (fotografija: Delo)



FERMENTIRANI AJDOVI ŽGANCI S PENO IZ ŽGANČEVKE, OVČJIM JOGURTOM, SKORJICO IZ CIKORIJE IN JEČMENA,

kot jih pripravlja slovenski mladi chef Luka Košir v gostilni Grič (fotografija: Marjana Ojsteršek)



Obstaja veliko receptov za pripravo žgancev. Vsakdo lahko originalnemu receptu prida svoje sestavine. Nekateri ob žgancih jedo klobaso in zelje, drugi obaro ali kislo mleko ... Nekateri uporabljajo za pripravo žgancev le ajdovo moko in svinjsko mast, drugi tudi oljčno olje, belo moko in krompir.

Po kateremkoli receptu jih že pripravljate, pa se je dobro vprašati: **»Lahko recept za žgance kakorkoli spremenimo? Lahko jed izboljšamo?«**

Majhni koraki k odgovornejšemu prehranjevanju ne pomenijo nujno, da moramo opustiti stvari, ki so nam všeč, vendar lahko razmišljamo o tem, kako hrana sploh pride do naših krožnikov, kakšna zgodba je za tem in kako hrana vpliva na nas in naš svet (več v priročniku 7 korakov do odgovornega prehranjevanja). Na primer: v obari poleg žgancev nam ni treba zamenjati korenja z drugo zelenjavo, lahko pa izberemo lokalno korenje namesto uvoženega ...

Poskusimo in se skupaj odpravimo po tej težavni, a razsvetljujoči poti k odgovornejši porabi. Najpomembnejša stvar so prvi koraki. V nadaljevanju boste spoznali **7 korakov do odgovornega prehranjevanja.**

Veselo potovanje in dober tek!

Kako skozi različne korake motivirati odbor Ekošole

Za otroke, učence in dijake je pomembno, da se med izvajanjem projekta zabavajo, da želijo nadaljevati in se lotiti tudi težjih in manj privlačnih delov projekta, na katere lahko naletijo pri svojem delu. Pri tem nam lahko pomaga povezovalna zgodba iz motivacijskih dejavnosti, ki povezuje vseh sedem korakov.

ODGOVORNO PREHRANJEVANJE: MOTIVACIJSKA POVEZOVALNA ZGODBA ZA VRTCE

To je zgodba, v kateri žival naleti na problem s "hrano" in prosi otroke, naj ji pomagajo. Otroci postopoma pomagajo pri ustvarjanju zgodbe in jo skozi nadaljevanje projekta opremijo z ilustracijami. Rezultat tega je velik plakat z ilustracijami, opremljenimi z besedilom, ali knjiga z ilustracijami in zgodbo otrok.

Glavni lik v zgodbi je gospod Hrček, ki išče primeren prostor, kjer bi njegova družina srečno živela. Prostor, kjer bodo živeli, jim mora zagotoviti preskrbo z dobro in visokokakovostno hrano. Družina Hrček ve, kaj je dobro zanjo in za njeno okolico, saj ji to omogoča, da srečno živi. Zato njeni člani želijo izvedeti, kako lahko sami pridelujejo hrano. Kaj vse morajo vedeti, preden se preselijo? Je vaš vrtec kraj, kjer bi se družina Hrček lahko nastanila? Raziščite to z gospodom Hrčkom. Pred vsakim korakom pride na obisk hrček in razpravlja o tekoči temi ter kaj naj se dela z otroki ...

ODGOVORNO PREHRANJEVANJE: MOTIVACIJSKA POVEZOVALNA ZGODBA ZA OSNOVNE ŠOLE

Kmet iz preteklosti, ki je imel kmetijo na mestu, kjer zdaj stoji šola, se s pismi obrne na učence te šole. Z uporabo ogledala, skozi katero vidi v prihodnost in ki ga je podedoval od svojih prednikov, vidi, kaj se zdaj dogaja na mestu, kjer je nekoč stala njegova kmetija. Prek stripov in pisem začne s pomočjo učencev odkrivati, kaj se je zgodilo, da so njegova polja izginila, kaj učenci jedo, od kod prihaja hrana in kdo jo prideluje, kdo jim kuha ...

Učenci z uporabo oglasne deske predstavijo svoje delo, odgovore na kmetova pisma in njegove zahteve, lahko pa iz tega naredijo tudi dnevnik.

ODGOVORNO PREHRANJEVANJE: MOTIVACIJSKA DEJAVNOST ZA SREDNJE ŠOLE

Naloga dijakov je posneti kratek film (10 minut) o odgovornem prehranjevanju, ki temelji na rezultatih iz dejavnosti pregleda prehranjevanja. Izbrali bodo specifičen problem iz ugotovitev anket, s katerim se bodo ukvarjali v naslednjih korakih, in sočasno delali na filmu, ki ga bodo potem predstavili na spletni strani projekta Odgovorno s hrano.

1. Odbor Ekošole

Cilj prvega koraka je, da se na ustanovi vzpostavi kompetentna in motivirana skupina, sestavljena iz otrok/učencev/dijakov, učiteljev in drugih posameznikov, ki bodo v tem letu raziskovali teme odgovornega prehranjevanja na ustanoviZa projekt Odgovorno s hrano lahko uporabite obstoječi odbor ali ustanovite poseben odbor, ki se bo ukvarjal s tematiko o odgovornem prehranjevanju.

Motivacijska dejavnost za vrtce

NALOGA:

Na prvem srečanju otroke seznanimo s situacijo: v vrtcu se je pojavil nov, nepričakovan obiskovalec in otrokom pustil sporočilo. Otrokom lahko zastavite uganko (opišite hrčka in otroci morajo uganiti, katera žival je to) ali se skupaj naučite pesem, ki govori o hrčku. Nato skupaj poiščite kraj, kjer se je hrček pojavil, in odkrijte sporočilo, v katerem gospod Hrček predstavi sebe in svojo družino ter prosi za pomoč. Otroke prosi, naj mu predstavijo odbor, posamezne člane in njihove vloge v odboru (kako se v skupini porazdelijo vloge).

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI:

- Prostor v vrtcu (idealen je prostor, kjer se srečuje odbor Ekošole), kjer se bo Hrček prikazoval, puščal sporočila in pripomočke in kjer ga bodo lahko otroci obiskovali. To mesto lahko uporabljate tudi za izvedbo delavnic in prikaz informacij iz projekta.
- Natisnjeno Sporočilo 1 in ilustracijo družine Hrčkovih. (Glejte Dodatek 1.)

SPOROČILO 1:

Pozdravljeni, otroci!

Ali sem na pravem mestu? Je to vrtec ..... Sem gospod Hrček in moj prijatelj mi je povedal, da so v vašem vrtcu pametni otroci, ki bi mi lahko pomagali. Veste, imam težko nalogo. Moja žena, gospa Hrček, me je poslala, naj najdem dober kraj, kjer bi naša velika družina lahko živela. Gospa Hrček je zeeelo previdna in skrbna in, tako kot katera koli mama, želi za svoje otroke le najboljše. In to se nanaša tudi na hrano. Poslala me je, da najdem nov kraj, kjer bi lahko dobro živeli in kjer se najde hrana, ki je zdrava tako za nas kot za našo Zemljo. Mislite, da bi lahko bil vaš vrtec tak kraj? Gospa Hrček mi je naročila veliko stvari, ki jih moram raziskati o tem kraju. Bi mi lahko pomagali? Preden začnemo, bi vas rad predstavil vsej naši družini, naši skupini hrčkov ... ** To je torej naša skupina hrčkov. Kaj pa vaša skupina? Kakšne so vaše vloge v skupini? V katerih stvareh ste dobri?*

* Vzgojitelj dopolni z imenom vrtca.

** Za predstavitev uporabite ilustracijo družine hrčkov. *(Glejte Dodatek 2.)*

NAMIG

Ilustracijo družine hrčkov lahko pritrdite na oglasno desko in poleg nje lahko otroci naredijo letak s predstavitvijo odbora Ekošole – prilepite sliko s člani odbora, napišite njihova imena in kakšne vloge imajo v skupini. Preden napišete vloge, jih najprej razdelite med člane – kdo je za kaj odgovoren, katere vloge boste potrebovali in v čem je kdo dober.

Motivacijska dejavnost za osnovne šole

NALOGA:

Na prvem srečanju razdelite učencem prvi del stripa. Usmerite jih, da pogledajo v poštni nabiralnik, v katerem bodo našli pismo z več informacijami. Ko preberete pismo, pojdite na dejavnost dodeljevanja vlog in rezultate objavite na oglasni deski. Otroci bodo morali odgovoriti na nekaj pisem. Za odgovore lahko uporabijo oglasno desko Ekošole, da jih bo lahko videl tako kmet iz preteklosti kot tudi vsakdo iz šole.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI:

- Natisnjen strip Tujci v ogledalu. (glejte Dodatek 3.)
- Poštni nabiralnik, ki naj bo poleg oglasne deske in v katerega boste postopno dajali pisma.
- Natisnjeno prvo pismo (dajte ga v poštni nabiralnik pred srečanjem, da gredo lahko otroci k nabiralniku in ga v njem najdejo takoj, ko preberejo strip). (Glejte Dodatek 4.)

TUJCI V OGLEDALU – PISMO:

Tujci v ogledalu,

to pismo vam pišem, ker moram odkriti, kaj se je zgodilo. Šel sem predaleč in ni več poti nazaj. Zaradi radovednosti ne bom mogel spati. Kaj se je zgodilo z mojo kmetijo in z vsem okoli nje? Kaj se je zgodilo, da so moja polja izginila? Kaj sploh jeste? Od kod prihaja vaša hrana?

*Naj se vam najprej predstavim. Moje ime je *..... sem kmet na družinski kmetiji, ki sem jo podedoval od svojega očeta, ta jo je podedoval od svojega očeta in tako naprej že več generacij. Skrbim za živali na kmetiji, za polja, sadovnjak ... Živimo od tega, kar tukaj zraste in kar nam ostane, prodamo ali si izmenjamo z ljudmi okoli nas.*

Toda koga in kaj vidim v tem čarobnem ogledalu, ki lahko pokaže prihodnost? To ni moja kmetija! In kdo ste vi? Kaj počnete? Za kaj skrbite? Prosim, odgovorite mi na to barvito tablo, ki sem jo videl v ogledalu.

* Učitelj dopolni ime.

Motivacijska dejavnost za srednje šole

NALOGA:

Z dijaki izvedite dejavnost *Kaj je odgovorno prehranjevanje?* – glej spodaj. Ko ste določili, kaj je odgovorno prehranjevanje, se na primeru vaše definicije o odgovornem prehranjevanju seznanite s tem, kako nas hrana povezuje s svetom. Spodbudite dijake, da raziščejo, kakšne zgodbe se skrivajo za njihovo hrano, in jim povejte, da bodo posneli kratek film na to temo, ki bo temeljil na rezultatih analize anket. Kot primer jim lahko prikažete film Življenje tvegal za hrano (uporabite https://www.youtube.com/watch?v=bv3rISZ-Fg8&feature=youtu.be ali poiščite drug primeren film).

Najprej pa mora biti, tako kot v filmu, odboru Ekošole jasno, kdo ima kakšno vlogo, kdo je za kaj odgovoren, kdo je v čem dober in kako lahko vsak posameznik prispeva k dobremu delovanju skupine.

DEJAVNOST

Kaj je odgovorno prehranjevanje?

CILJ:

Prvo razmišljanje o odgovorni porabi hrane. Odkriti, kaj dijaki menijo o izrazu "odgovorno prehranjevanje" – začetna točka, ki jo bodo razdelali skozi projekt.

ČAS: 20 – 30 minut.

KAJ POTREBUJETE:

- Vsak dijak mora imeti pripravljeno hrano za pokušnjo in izjavo o hrani,
- velik list papirja ali tabla za zapisovanje definicij.

NALOGA:

Pred prvim srečanjem odbora Ekošole prosite dijake, naj s seboj prinesejo hrano, za katero iz kakršnega koli razloga menijo, da je "odgovorna hrana". Prinesti morajo dovolj hrane, da jo lahko vsak član odbora vsaj pokusi. Člani naj prinesejo tudi listič, na katerega so napisali kratko izjavo (lahko je anonimna), zakaj menijo, da je določena hrana "odgovorna hrana".

Na srečanju pripravite prineseno hrano, ki jo opremite z izjavami dijakov. Vsakdo bo imel priložnost pokusiti vso prineseno hrano. Med pokušanjem bodo člani odbora Ekošole prebrali izjave. Prosite dijake, naj s pomočjo izjav o hrani poskušajo ustvariti svojo lastno definicijo "odgovornega prehranjevanja", in to zapišite na list papirja.

Verjetno bodo na začetku projekta mnenja dijakov temeljila na tem, kar jim je blizu in kar poznajo. Ne bodo še sposobni vključiti vseh vidikov odgovornega prehranjevanja, tako kot so opisani v uvodnem poglavju. To ni nič slabega. Nasprotno, dobro je, da so definicije čisto njihove, da so jih ustvarili oni sami, na podlagi svojega razmišljanja o tej temi.

Definicijo spravite in jo znova uporabite pri končni oceni projekta (ali v primernem trenutku med projektom), takrat prosite dijake, naj jo ponovno oblikujejo. Med izvajanjem projekta bodo zagotovo odkrili druge poglede na to, kaj je odgovorna hrana in kakšne reakcije lahko povzroči, ko jo jemo. Razpravljajte z njimi, kako se je njihov pogled spremenil in kaj so novega odkrili.

Z dijaki izpeljite dodeljevanje vlog. Uporabite lahko imena poklicev iz (šef = direktor, dobavitelj = pisec scenarija, vodja = producent ...).

DEJAVNOST

Dodeljevanje vlog

CILJ:

Na podlagi svojih preferenc si dijaki razdelijo vloge na sestanku odbora Ekošole.

Skupinsko delo zahteva vključevanje vseh članov, njihove različne vloge pa so bistvenega pomena za splošen uspeh skupine. Vloge pomagajo dijakom, da se zavedajo svojih sposobnosti in da kot posamezniki prevzamejo odgovornost za dejavnosti skupine. Da je skupina učinkovita, mora vsak njen član igrati vlogo, ki je zanj naravna in za katero je najprimernejši. Katera je vendar to?

ČAS: 30 minut.

KAJ POTREBUJETE:

- Listke z opisom vlog, tako da vsak dijak dobi eno vlogo. (Glejte Dodatek 5.)
- Ilustracijo odbor Ekošole v kuhinji (Glejte Dodatek 6.) za vsako skupino.
- Vizitke – (Glejte Dodatek 7.) tako, da ima vsak učenec po eno vizitko.

OPIS DEJAVNOSTI:

Vsak dijak naj izžreba listek, na katerem je opisana vloga.

1. Vsak dijak po tiho prebere značilnosti vloge, ki jo je dobil, in razmisli, ali je primeren zanjo; ali dobljena vloga dobro opiše njegove lastnosti ...

2. Dijaki sestavijo skupine glede na vloge, ki so jih dobili (šefi skupaj, nabavniki skupaj itd.). Vsaka skupina dobi sliko Odbor Ekošole v kuhinji z imeni in opisi vlog. Za vsako vlogo, vključno z njihovo lastno, imenujejo nekoga iz odbora Ekošole, za katerega menijo, da ustreza določeni vlogi (ena vloga je lahko primerna za več ljudi). Praviloma morajo vsi dijaki v odboru dobiti svojo vlogo.

3. Vsak član iz skupine vzame eno od ponujenih vlog, tisto, ki najbolj ustreza njegovim sposobnostim in veščinam in ki bi jo rad imel.

4. Vsaka skupina celotnemu odboru predstavi vlogo, ki jo je izvlekla iz klobuka, predlagano(e) osebo(e), za katero(e) meni, da naj bi opravljala(e) to funkcijo, in navede razloge za to. Nato tudi druge skupine imenujejo osebo, kateri bi dodelile to vlogo. Te imenovane osebe nato povedo, ali so tudi one izbrale to vlogo in ali bi jo sploh želele prevzeti. Nato sklenejo skupni dogovor in ga zapišejo (vsak dijak ima pravico zavrniti dodeljeno vlogo, toda nazadnje mora izbrati eno od vlog, ki so ostale).

5. Ko so vloge razdeljene, vsak dijak naredi svojo vizitko, te pa nato pripnejo na oglasno desko. Vizitka mora vsebovati simbol in naziv dodeljene vloge, ime in fotografijo dijaka, vsak dijak naj napiše lastnosti iz opisa vlog, ki so značilne zanj, in na kratko napiše, kaj bo delal. Eno vlogo ima lahko več dijakov in vsak od njih ima lahko nekoliko drugačne sposobnosti za vlogo (npr.: dobavnik Jure je komunikativen, se hitro odzove na situacijo in zna dobro upravljati informacije ... Dobavnica Alenka je radovedna, rada išče informacije po različnih virih in je dobra pri tem, da zna izluščiti najpomembnejše informacije, ki jih mora deliti z drugimi ...). Tako se ves odbor Ekošole predstavi na oglasni deski ali na kakšnem drugem mestu.

Osnovna šola Vrane nad Vltavou, Češka

Predstavitev dejavnosti prvega koraka: OŠ Vrane nad Vltavou

UBITI DVE MUHI NA EN MAH

Pod učiteljevim mentorstvom so trije učenci iz obstoječega odbora Ekošole izdelali plakat z informacijami o projektu Odgovorno s hrano. Plakat so predstavili vsem razredom, informacije o projektu pa so delili tudi na šolski predstavitvi. Najpomembnejši so bili osebni pogovori učencev s sošolci in drugimi učenci. Tako se je vsa šola seznanila s tem projektom, za projekt pa so se začeli zanimati tudi novi učenci.

KEPANJE

Ker smo v odbor Ekošole za projekt Odgovorno s hrano dobili osem novih članov, smo se želeli z njimi bolje spoznati. Vsak član odbora je na list papirja napisal svoje odgovore na štiri vprašanja o hrani, iz papirja naredil kepo, in začelo se je kepanje. Ko je bilo kepanja konec, je vsak od nas vzel eno kepo iz papirja, prebral zapisane odgovore in poskusil najti osebo, ki jih je zapisala.

Vsak član odbora Ekošole je prejel tudi beležnico, v katero je lahko zapisal opombe, kontaktne podatke o drugih članih, naloge, pomembne datume ... Navadili smo se, da smo za vsako srečanje odbora Ekošole pripravili zdrave prigrizke.

ISKANJE POŠTNEGA NABIRALNIKA

Učenci so prebrali stripe. Sledili so znakom "Odgovorno s hrano", ki so jih vodili do poštnega nabiralnika. Pismo je bilo napisano s starinsko pisavo, zato ga ni bilo lahko prebrati, bilo pa je zelo vznemirljivo. Okrepilo je sodelovanje med mlajšimi in starejšimi učenci.

DODELJEVANJE VLOG

Razdelili smo vse vloge, vsak učenec je svojo vlogo zapisal v beležnico. Razmišljamo tudi o vlogi natakarja, čigar odgovornost bi bilo razdeljevanje informacij in gradiv članom odbora Ekošole med posameznimi srečanji.

2. Pregled hrane

Kadar želimo nekaj spremeniti, je dobro najprej preveriti, kako te stvari že delamo, in nato na podlagi pregleda graditi naslednje korake. To velja tudi za odgovorno porabo hrane. Zato začnemo s pregledom hrane. Delovne liste z vprašanji, na katera boste morali odgovoriti vi in odbor Ekošole, najdete v elektronski obliki v dokumentu Vprašalniki za pregled hrane.

Kaj vsebujejo vprašalniki za pregled hrane?

Vprašanja so razdeljena v tri skupine glede na prostor, ki ga boste pregledovali – šolska jedilnica, šolski nahrbtnik in dom. Vprašanja, ki se nanašajo na šolsko jedilnico (prehrano v šoli), so razdeljena na obvezna in neobvezna.

Obvezna vprašanja vam pomagajo dobiti splošen vtis o tem, kako dobro deluje vaša šola v zvezi z odgovornim prehranjevanjem. Neobvezna vprašanja vam pomagajo dobiti natančnejše informacije o temi, ki ste jo izbrali.

Za pregled odgovorne porabe hrane doma smo pripravili vprašalnik (vsaka ustanova je prejela povezavo na spletno stran), ki naj ga reši čim več staršev. V tem priročniku boste našli tudi navodila, kako oceniti rezultate vprašalnika.

Motivacijska dejavnost za vrtce

NALOGA:

Na srečanju otrokom preberite sporočilo gospoda Hrčka. Nato z otroki preverite seznam vprašanj, podajte navodila za iskanje odgovorov, razdelite vloge, določite rok za pregled hrane in izvedite dejavnost.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Natisnjeno sporočilo 2. (Glejte Dodatek 8.)
- Vprašalniki za pregled hrane. (Glejte elektronsko obliko dokumenta Vprašalniki za pregled hrane.)

SPOROČILO 2:

Pozdravljeni, otroci!

Kot sem vam že povedal, mi je gospa Hrček zaupala nalogo, da raziščem tukajšnje življenje in odkrijem, kaj in kako jeste ter ali bo to v redu za našo družino Hrček. Ker gospa Hrček ne želi ničesar prepustiti naključju, mi je dala seznam vprašanj v zvezi s hrano. Poiskati moram odgovore,vendar tega ne moram narediti sam, ker ne vem, koga vprašati in kam iti. Mi lahko pomagate? Ali lahko to raziščemo skupaj? Pogledati moramo v vašo vrtčevsko jedilnico in raziskati vaš dom. Tukaj so vprašanja.

Motivacijska dejavnost za osnovne šole

NALOGA:

Na srečanju učenci prejmejo drugi del stripa, ki nosi naslov Veliko vprašanj. Ko strip preberejo, jih napotite k poštnemu nabiralniku, v katerega ste že pred srečanjem dali pismo Veliko vprašanj. Ko pismo preberejo, razdelite delovne liste Pregled hrane. Skupaj pojdite skozi vprašanja in napotke, kako najdejo odgovore in kdo bo kaj delal. Določite rok za pregled hrane in izvedite dejavnost.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Strip Veliko vprašanj. (Glejte Dodatek 9.)
- Pismo Veliko vprašanj (Pismo dajte v nabiralnik pred srečanjem.) (Glejte Dodatek 10.)
- Delovne liste za pregled hrane. (Glejte elektronsko obliko dokumenta Vprašalniki za pregled hrane.)

PISMO »VELIKO VPRAŠANJ«

Dragi odbor Ekošole,

zdaj vem, s kom imam opraviti, vendar se mi po glavi še vedno podi veliko vprašanj. O tem sem razmišljal ves dan, medtem ko sem delal. Okoli vaše šole ne vidim polj za obdelavo, nobenega sadovnjaka, kjer bi pobirali sadje, travnikov, na katerih bi se pasle živali, da bi vam dajale mleko in meso. Kje so kokoši? Ali sploh jeste jajca? Od kod prihaja vaša hrana? Kje jeste? Kdo prideluje sadje in zelenjavo, ki ju jeste? In kaj sploh jeste? Ste s hrano zadovoljni? Mi lahko, prosim, odgovorite? Vem, da je vprašanj veliko in da morda ne bo lahko odgovoriti nanje. Iskati boste morali na različnih krajih in premagovati veliko ovir. Vendar sem prepričan, da ste prava skupina za to delo in da se boste dokopali do vseh informacij, ki jih potrebujete.

Motivacijska dejavnost za srednje šole

NALOGA:

Na srečanju odbora Ekošole se z dijaki pogovorite o naslednji nalogi: »Naš odbor za snemanje filma je razdelil vloge in zdaj potrebujemo dobro temo za scenarij. Pomagajte nam odgovoriti na vprašanje, o čem bo govoril film. Vprašanja iz poglavja Pregled hrane vam bodo pomagala odkriti, kako je vaša šola in kako ste pri vas doma kos odgovornemu prehranjevanju. Nato bomo izbrali področje, ki ga bomo obravnavali v naslednjih korakih in na katerem bo temeljil naš film.«

Dijakom razdelite vprašalnike za pregled hrane. Pojdite skupaj z njimi skozi vprašanja in napotke, kako najti odgovore in kdo bo kaj delal. Določite rok za Pregled hrane in izvedite dejavnost.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Delovne liste za pregled hrane. (Glejte elektronsko obliko dokumenta Vprašalniki za pregled hrane.)

Kako najti prednosti in slabosti ter izbrati področje za obravnavo v naslednjih korakih?

Prišel je čas, ko je treba izpolniti zadnja dva stolpca na delovnih listih za pregled hrane (poglavje Pregled hrane) ter ugotoviti, kaj delamo dobro in kaj je treba izboljšati.

Vrtci

NALOGA:

Potem ko ste izpolnili delovne liste, se z otroki pogovorite o rezultatih in jih motivirajte, da naredijo še malo več. Gospod Hrček nestrpno čaka na poročilo otrok – kako so videti vaši obroki v vrtcu in doma? Ko gleda poročilo, odkrije, da ne ve, kaj storiti z njim. Bi mu lahko otroci pomagali razložiti rezultate pregleda hrane? S čim bi bila gospa Hrček zadovoljna in kaj ji ne bi bilo všeč? Gospod Hrček je zanje pripravil majhne simbole z obrazi, ki jih dodelijo vprašanjem. Smeške dodelijo, ko so z rezultati zadovoljni, mrke obraze tam, kjer bi se zadeve lahko izboljšale. Vprašanja z dodeljenimi piktogrami boste uporabili pozneje v akcijskem načrtu.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Komplet obrazkov (smeško, mrki obrazi) ali drugi piktogrami.
- Izpolnjene delovne liste (vprašalnike) o pregledu hrane.

Osnovne in srednje šole

NALOGA:

Po končanem pregledu hrane učence oziroma dijake na srečanju razdelite v skupine in jim izročite vprašanja, tako da ima vsaka skupina približno enako število vprašanj (npr. skupina 1 dobi vprašanja od 1 do 14 za šolske jedilnice, skupina 2 vprašanja od 15 do 28 za šolske jedilnice, skupina 3 vprašanja za torbo s prigrizki in skupina 4 vprašanja za dom).

Vsaka skupina dobi komplete simbolov “palec navzgor” in “palec navzdol”, ki jih potem podelijo glede na to, ali so z rezultati zadovoljni (“palec navzgor”) ali menijo, da rezultati niso zadovoljivi in je treba nekaj storiti (“palec navzdol”).

Ko so vsa vprašanja tako označena, se skupine zberejo in skupaj preverijo rezultate Pregleda hrane, nato razpravljajo o problematičnih vprašanjih.

Razvrščena vprašanja boste uporabili pozneje v akcijskem načrtu.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Izpolnjene delovne liste (vprašalnike) o pregledu hrane za posamezne skupine (vsaka skupina bo ocenila en del pregleda hrane).
- Komplet simbolov “palec navzgor“ in “palec navzdol” za vsako skupino.

Kako so učenci z Osnovne šole Trávník iz Pierova izvedli pregled hrane?

RAZDELITEV V DVE SKUPINI

Ker so stripi prvotno doživeli velik uspeh, smo delo nadaljevali. Da bi pomagali odgovoriti na kmetova vprašanja, smo naredili dve skupini. Preleteli smo vprašanja, da bi se prepričali, ali jih vsi enako razumemo. Prva skupina je pregledala prigrizke v šolskih torbah, druga skupina je obiskala vodjo šolske jedilnice. Učitelj je pripravil elektronsko različico vprašalnika in ga postavil na šolsko spletno stran.

PALCI NAVZGOR ALI NAVZDOL?

Ko smo prejeli izpolnjene vprašalnike, smo razpravljali o rezultatih posameznega vprašanja. Včasih se na začetku nismo mogli zediniti, zato smo morali razpravljati naprej. S “palcem navzgor” smo označili rezultate, s katerimi smo bili zadovoljni, in s “palcem navzdol” vprašanja, s katerih rezultati nismo bili zadovoljni.

NAJ BODO VSI OBVEŠČENI

Rezultate dejavnosti pregleda hrane smo obesili na oglasno desko, da so jih lahko vsi prebrali.

Vrtec Prerov, Travnik

3. Akcijski načrt

Dober načrt je kakor dober zemljevid. Pomaga nam najti pot do našega cilja. Razmislek o tem, kako se bomo neke stvari lotili, kaj bomo delali in katero pot bomo izbrali za dosego cilja, je med najpomembnejšimi dejavnostmi za uspešno učenje in premagovanje problemov v vsakdanjem življenju.

Česa na svoji poti do cilja ne smemo pozabiti?

- **Izhodiščna točka** – To je točka, kjer se trenutno nahajamo in s katere se bomo odpravili na pot proti zastavljenemu cilju. Izhodiščno točko določimo na podlagi pregleda hrane.
- **Cilj** – Jasno določena točka, kamor želimo priti – kaj želimo doseči z obravnavanim problemom.
- **Akcijski načrt (načrt poti)** – Število korakov (stopenj poti), ki jih je treba narediti za uspešno dosego cilja – kdo bo za kaj odgovoren, kako izvesti določen korak in do kdaj.
- **Dejavnost** – Izvajanje načrta – odprava na našo pot.
- **Ocena dejavnosti** – So bili izbrani pravi koraki? Smo izbrali pretežko potovanje? Smo naleteli na nepredvidene ovire? Če je tako, se znamo spopasti z njimi? Bi morali predlagati drugo pot za dosego istega cilja?

Kako izbrati vprašanja za akcijski načrt?

V prejšnjem koraku, ki je obravnaval pregled hrane, smo izbrali področje, ki nas pri odgovornem prehranjevanju najbolj skrbi (npr. področje vpliva na naravne vire in podnebje, področje lokalne hrane). Za akcijski načrt moramo zdaj izbrati vprašanja, na katera se bomo osredinili, in jih raziskovali naprej. Poskušali bomo odkriti, kaj lahko izboljšamo (v primeru šibkih točk) ali kako lahko pozitivne stvari ohranimo (če smo izbrali vprašanje, ki se je izkazalo za prednost). Priporočamo, da na začetku izberete na primer eno slabost in eno prednost in da oblikujete cilje ter naredite akcijski načrt zanje. Bolje je imeti dva dobro zastavljena cilja kot veliko ciljev, ki jih bo časovno težko doseči.

NE POZABITE:

Ko delate osnutek akcijskega načrta, vključite tudi načrt za javni dogodek, ki naj bo vrhunec celoletnega truda.

Motivacijska dejavnost za vrtce

NALOGA:

Skupaj z otroki preglejte, katera vprašanja v analizi imajo največ mrkih obrazov, in se z njimi pogovorite, ali lahko kaj storite, da bi bilo družini Hrček bivanje v vrtcu všeč. Ali lahko najdete tudi nekaj, kar dobro delate (veliko smeškov) in bi to radi obdržali? Kako? Skupaj z otroki se domenite, kaj si želite delati naprej, kaj si želite izboljšati, kaj obdržati in kaj dejansko lahko spremenite. Nato poskusite oblikovati akcijski načrt za šolsko leto.

Ko z otroki izberete vprašanja, ki jih želite postaviti, poskušajte skupaj oblikovati cilj in narediti akcijski načrt za dosego tega cilja. Načrt obesite na oglasno desko ali na vidno mesto, tako da ga otroci lahko vidijo in dopolnjujejo med trajanjem projekta. Za primer lahko vzamete načrt, ki ga je izrisal Fido. (Glej Dodatek 11.)

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Izpolnjene vprašalnike za pregled hrane.
- Liste, svinčnike, barvice – za oblikovanje akcijskega načrta.
- Ilustracijo Fidovega akcijskega načrta. (Glejte Dodatek 11.)

NAMIG

Učitelj lahko izvede igro s plišasto igračo hrčka, na primer: hrček govori z otroki:
... tukaj je zelo prijetno, gospa Hrček bi resnično rada ... ..., toda gospa Hrček je zelo izbirčna pri ... **. Ali lahko izpolnite zahteve gospe Hrček? Kaj lahko naredimo za spremembo ... na boljše? Koliko časa bomo za to potrebovali? Koliko energije bomo morali v to vložiti? Ali smo sploh sposobni in ali je v naši moči to spremeniti?*

*** Učitelj dopolni z eno ugotovljeno pozitivno stranjo.**
**** Učitelj dopolni z eno ugotovljeno pomanjkljivostjo.**

Motivacijska dejavnost za osnovne šole

NALOGA:

Na srečanju odbora Ekošole učencem razdelite strip in ne pozabite v poštni nabiralnik vstaviti pisma, ki jih bo motiviralo za nadaljevanje projekta. Opomnite učence, da morajo biti pri izdelavi rezultatov analize izbranega področja natančni in pozorni. Zdaj bo njihova naloga izbrati vprašanja (eno slabost in eno za prednost), s katerimi se bodo ukvarjali (lahko uporabite dejavnost Prelomna točka ali Dodatna dejavnost, v nadaljevanju). Oblikujte **cilje**, ki jih želijo doseči z izbranimi vprašanji. Nato sestavite akcijski načrt, ki vodi k tem ciljem (lahko uporabite delavnico prihodnosti ..., v nadaljevanju).

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Natisnjen strip Dober načrt. (Glejte Dodatek 12.)
- Natisnjeno pismo Dober načrt (dati ga morate v nabiralnik pred srečanjem, tako da gredo lahko učenci pogledat vanj takoj, ko preberejo strip). (Glej Dodatek 13.)
- Pregled hrane z označenimi prednostmi in slabostmi.

PISMO DOBER NAČRT:

Dragi odbor Ekošole,

hvala za odgovore na moja vprašanja v zvezi z vašim prehranjevanjem. Zelo mi je všeč, da ....., vendar vidim tudi nekaj stvari, ki bi jih bilo vredno izboljšati. Ste zadovoljni z ugotovitvami? Kot kmet se moram vsak dan odločiti, kaj moram narediti, v kaj moram usmeriti svojo energijo, kaj lahko storim, kaj lahko spremenim in česa ne zmorem. Na primer, danes sem se ukvarjal s pomembno zadevo glede mojih polj, in nazadnje sem našel pot do rešitve. Zdaj je zelo pomembno, da naredim še dober načrt. Kakšen pa je vaš akcijski načrt?*

* Na podlagi rezultatov pregleda hrane izpolni učitelj.

Motivacijska dejavnost za srednje šole – akcijski načrt

NALOGA:

Dijake spomnite, da so v poglavju o pregledu hrane izbrali področje, ki zasluži njihovo pozornost in je tako predmet njihovega filma. Dijaki naj se osredinijo na izbor posebnih vprašanj s tega področja, s katerimi se bodo ukvarjali v nadaljevanju (dejavnost Prelomna točka ali Dodatna dejavnost). Oblikovali bodo cilje, ki jih želijo doseči, in naredili podroben akcijski načrt za njihovo uresničitev (npr. prek dejavnosti v delavnici prihodnosti, glej dodatek 14).

NE POZABI:

Dijakom poudarite, naj v akcijski načrt vključijo snemanje filma, vendar naj ne zasenči pravega problema glede odgovornega prehranjevanja. Film je lahko uvod v problem, na primer, lahko predstavi delo pri projektu.

DEJAVNOST

Prelomna točka

CILJ:

Priti do soglasja v skupini in razpravljati o različnih predlogih. Ta dejavnost pomaga izboljšati predloge in mnenja, pomaga vam podati mnenje o zadevi na jasen in strnjen način, nauči nas, kako sprejeti mnenje drugih ljudi, pomaga razumeti dinamičnost razprave ter pripomore k dobri volji za dosego končnega dogovora.

ČAS: 30 – 45 minut.

KAJ POTREBUJETE:

- Priti do soglasja v skupini in razpravljati o različnih predlogih. Ta dejavnost pomaga izboljšati predloge in mnenja, pomaga vam podati mnenje o zadevi na jasen in strnjen način, nauči nas, kako sprejeti mnenje drugih ljudi, pomaga razumeti dinamičnost razprave ter pripomore k dobri volji za dosego končnega dogovora.

NALOGA:

Pripravite komplet vprašanj (s slabostmi in prednostmi) s področja, ki ste ga izbrali v poglavju pregleda hrane, tako kot boste to storili za akcijski načrt (v našem primeru je to področje vpliva na naravne vire in podnebje ter lokalna hrana). Vsako vprašanje napišite (ali izrežite) na svoj listič, tako da ima vsak par učencev oziroma dijakov komplet vseh vprašanj. Dogovorite se, katero vprašanje ima prednost pred tistimi manj pomembnimi. Nato se bo par sam dokončno odločil, katera vprašanja je treba obravnavati in katera se mu zdijo manj pomembna. Ta vprašanja bodo pod "prelomno točko".

Ko je delo v parih končano, se pari združijo v četverice in nato dejavnost ponovite. Vsak par predstavi svoja stališča, nato poskušajo priti do skupne rešitve. To lahko ponovite z vso skupino. Na koncu boste imeli vrsto predlogov, ki jih boste morali vsi uskladiti.

Razmislite: Kako ste primerjali prednostne zadeve? Kaj je bilo lahko in kaj težko? Kako vam je bilo, ko ste se morali uskladiti z drugo skupino? Ste zadovoljni z rezultatom?

Na podlagi http://www.respektneboli.eu/pedagogove/archiv-metod/bod-zlomu.

DEJAVNOST

Dodatna dejavnost za starejše učence

V prejšnji dejavnosti smo izbrali vprašanja iz poglavja Pregled hrane, ki se nam zdijo pomembna (izbrali smo eno prednost, ki jo želimo obdržati in eno slabost, ki jo želimo izboljšati), in zanje pripravili podroben akcijski načrt. Vprašanja smo izbirali po **pomembnosti problema**. To je samo eden številnih kriterijev, ki jih lahko uporabimo pri izbiri. Drugi kriteriji so:

- **Finančna sredstva:** Koliko denarja potrebujemo za rešitev problema? Ali ga imamo dovolj? Ali ga lahko kje dobimo? ...
- **Človeški viri:** Koliko ljudi potrebujemo za uspešno rešitev problema? Jih imamo dovolj, jih lahko dovolj najdemo? ...
- **Zahtevan čas:** Ali smo sposobni rešiti problem v danem času? ...
- **Možnost za spremembo:** Ali lahko kaj storimo za ta problem ali je to zunaj naših dejanskih zmožnosti? ...

Še enkrat skupaj preletite izbrana vprašanja (ali v skupinah – vsaka skupina lahko dobi en kriterij, na podlagi katerega bo ocenila izbrana vprašanja) in se poskušajte pogovoriti, ali lahko odbor resnično razreši vprašanja, ki ste jih izbrali. Dogovorite se, katera vprašanja boste nato obravnavali v akcijskem načrtu.

Kakšen naj bo akcijski načrt?

Cilj: Šolska jedilnica naj bi ponujala hrano iz sezonskih pridelkov – pridelkov, ki so trenutno zreli in na voljo.

Kako vemo, da je cilj dosežen?
Spomladi in jeseni v šolski jedilnici vsaj dvakrat na teden jemo hrano iz sezonskih pridelkov.

Prvi korak:

V šoli razložite, kako je lokalna in sezonska hrana povezana s trajnostnim razvojem, in prosite za ustrezne spremembe (npr. pri dobavi hrane za šolsko kuhinjo).

Odgovorni: Maja
Sodelujoči: učenci 9. razreda
Stroški: 30 evrov
Rok za izvedbo: konec novembra
Dosežen rezultat: ✓

Drugi korak:

Pogovorite se z organizatorjem prehrane in vodjo šolske kuhinje. Predstavite jima akcijski načrt in ugotovite, ali sta vam pripravljena prisluhniti ter vam pomagati.

Odgovorni: Nataša
Sodelujoči: Gašper, Peter in Mitja
Stroški: 0 evrov
Rok za izvedbo: konec novembra
Dosežen rezultat: ✓

Četrti korak:

Naredite koledar za sezonsko sadje in zelenjavo in ga obesite v šolski jedilnici.

Odgovorni: Cveta
Sodelujoči: Luka, Toni in Rajka
Stroški: 30 evrov
Rok za izvedbo: november - marec
Dosežen rezultat:

Cilj akcijskega načrta je končno stanje, ki naj bi ga dosegli s pomočjo različnih nalog. Biti mora konkreten, izvedljiv in učencem razumljiv. Razložite učencem, kako naj oblikujejo akcijski načrt, in jim pokažite nekaj primerov (na primer: v šoli se prodajajo samo izdelki, ki ne vsebujejo palmovega olja; učenci v šolski jedilnici zavržejo manj hrane ...).

Tretji korak:

Pozanimajte se, kje se lahko naročita sveže sezonsko sadje in zelenjava, in naredite seznam takih dobaviteljev. Pozanimajte se za cene izdelkov v ponudbi.

Odgovorni: Tomi
Sodelujoči: Roberta, Jakob in Sara
Stroški: 0 evrov
Rok za izvedbo: november–februar
Dosežen rezultat:

Ko oblikujete cilj, se dogovorite tudi o tem, kako boste ovrednotili njegovo uresničitev. To je pomembna informacija, ki jo boste uporabljali pri oceni dejavnosti.

Za uresničitev cilja boste morali izpolniti več nalog. Sestavite podroben načrt, kdaj boste izvedli določeno dejavnost, kdo je odgovoren, koliko bo to stalo, in določite datum za njeno izvedbo. Pri oceni rezultatov ne pozabite označiti, ali je bila naloga opravljena oziroma ali je morda niste mogli dokončati.

Peti korak:

Izdelajte podroben načrt za javni dogodek (trgovina kmeta, kjer je na pokušnjo hrana iz sezonskih pridelkov) in naredite letake o vplivih sezonske in lokalne hrane na trajnostni način življenja.

Odgovorni: Dora
Sodelujoči: ves odbor Ekošole
Stroški: 40 evrov
Rok za izvedbo: konec januarja
Dosežen rezultat:

4. Nadzor in ocenjevanje

Čudovito bi bilo, če bi vse potekalo tako, kot smo načrtovali. Ko se vrnemo iz sveta domišljije v resničnost, ugotovimo, da pogosto tudi pri še tako dobrem načrtovanju naletimo na nepričakovane ovire ali nove izzive, s katerimi se moramo spoprijeti in jih premagati. Najbolje je, da že vnaprej predvidimo takšne primere in pripravimo merila, ki nam bodo pomagala takšne primere oceniti in pravilno ravnati, da bi lahko izpolnili načrtovano. In če kaj ne teče po načrtu, je dobro vedeti, kaj tedaj storiti.

Kako se izognemo razočaranju pred nepričakovanim neuspehom?

- Vzpostavimo način, s katerim bomo vnaprej nadzorovali in ocenjevali svoje dejavnosti, in ga vključimo v akcijski načrt.
- Projekt ocenimo na začetku, kar nam bo pomagalo pravočasno se odzvati in ukrepati, če kaj ne bo delovalo tako, kot smo načrtovali.
- Svojo oceno vizualizirajmo, na primer z uporabo veselih in žalostnih obrazov, s palci navzgor in navzdol, zastavicami ali z drugimi piktogrami – jasen ocenjevalni sistem nam pomaga, da laže ugotovimo, kaj deluje in kaj ne.
- Ocenjevanje naj bo del vsakega srečanja odbora Ekošole – ocenimo svojo dejavnost, sodelovanje, komunikacije, posamezne korake, kako dosegamo cilje ...

NE POZABI!

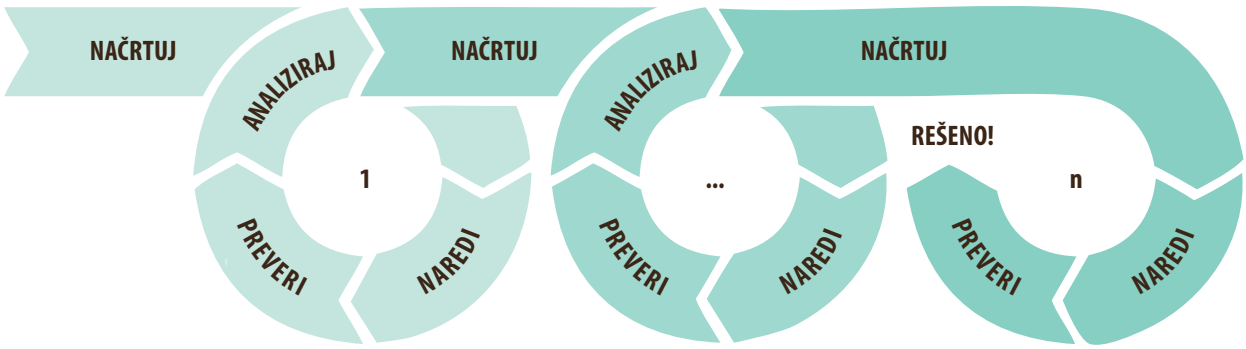
Ocenjevanje vključuje tudi oceno rezultatov vprašalnika, ki ga učenci izvajajo kot del pregleda hrane.

NAMIG

METODA PDCA

To je metoda stalnega cikla dejavnosti, ki vodi k učinkovitim rešitvam. Cikel PDCA je primeren za reševanje katerega koli problema ali za iskanje novih načinov načrtovanja.

Štirje koraki metode PDCA se do rešitve ves čas ponavljajo.



Metodo sestavljajo štirje koraki:

P (PLAN) – NAČRTUJ:
zbiranje informacij in načrtovanje dejavnosti.

D (DO) – NAREDI:
realizacija načrtovanih nalog.

C (CHECK) – PREVERI:
ocenjevanje doseženih rezultatov in primerjava z načrtom. Preverjanje, ali ste na pravi poti za uresničitev cilja.

A (ACT) – ANALIZIRAJ:
pri uresničevanju cilja niste uspešni, poiščite vzroke za problem in prilagodite načrt.

Kamen spotike

Tako pravimo problemu, ki ovira oziroma moti pot do uspešnega doseganja ciljev. Dobro je, da učence in dijake naučimo te »kamne« opredeliti in poizkušati odpraviti. Če v okviru projekta naletite na kamen – oviro, ga poizkusite razrešiti z uporabo dejavnosti, ki je predstavljena na strani 28.

DEJAVNOST

Ovire na poti

CILJ:
Učenci oziroma dijaki razložijo problem in predlagajo rešitve.

ČAS: 30 - 45 minut.

KAJ POTREBUJETE:
- Dovolj škatel, samolepilne lističe, pisala.

NALOGA:
Najprej na srečanju odbora pripravite pravo ozadje: Pri nadzoru in ocenjevanju se pokaže, da nam ni uspelo končati enega od predlaganih korakov. Kaj je lahko vzrok in kako lahko ta problem odpravimo? Na sredino sobe postavite nekaj škatel (npr. škatle za čevlje). Pred tem nanje nalepite listke. Vsak učenec oziroma dijak dobi pisalo. Prosite jih, naj vstanejo in hodijo od sredine proti drugim delom sobe in si predstavljajo, da so škatle ovire na poti. Vsakič, ko se spotaknejo ob katero od škatel, morajo razmisliti, za kakšno oviro gre in kaj je vzrok, da ne morejo dokončati svoje naloge. Svoje predloge naj zapišejo na listke na škatli. Ko se učenci oziroma dijaki ne morejo domisliti ničesar več in so poimenovali že vse ovire na poti, igro ponovijo, vendar s to razliko, da mora učenec oziroma dijak, ko se spotakne ob oviro, prebrati, kaj je ta ovira, in na košček papirja zapisati predlog, kako rešiti problem. Nato ta košček papirja vrže v škatlo. Mogočih je več rešitev.

Ob koncu odbor skupaj odpre škatlo, prebere predlagane rešitve, o njih razpravlja in oceni, kateri ukrep je mogoč, učinkovit in zaželen. Učenci/dijaki naj skupaj pridejo do dogovora.

Ta dejavnost je spremenjena različica metode iz članka Podpora participácie žiakov v programe Zelená škola (Pomoč učencem pri sodelovanju v programu Zelene šole, ki ga je objavil Živica, 2012.)

5. Učni načrt:
Globalno učenje za trajnostni razvoj in njegova vključitev v program Ekošole

Ekošole si prizadevajo delati na problemih, ki jih opazijo v svojem lokalnem okolju. Vendar pa je pomembno na probleme pogledati še iz globalne perspektive, še posebno ko za zajtrk pijemo čaj iz Kitajske, za kosilo jemo ribo iz Atlantskega oceana in večerjamo krompirček, ocvrt na palmovem olju iz Indonezije. Naše vsakodnevne odločitve vplivajo na ljudi, živali in okolje na drugem koncu sveta. Zato je pomembno videti in razumeti svetovne povezave s pomočjo globalnega učenja za trajnostni razvoj.

Ljudje svoje delo opravljajo bolje, ko vedo, zakaj nekaj delajo, in ko se lahko na podlagi informacij odločijo za naslednji korak. Tako morajo tudi učenci pridobiti določeno znanje o odgovornem prehranjevanju, da bi lahko načrtovali in uresničili spremembe v svoji prehrani. Zato ta korak vključuje tudi program Ekošole.

Globalno učenje za trajnostni razvoj nam:

- pomaga razumeti povezavo med našim lastnim življenjem in življenjem ljudi v drugih državah.
- pokaže, kako okoljski, kulturni, politični in gospodarski pojavi vplivajo na posameznika in družbo.
- omogoča razviti odnos in vrednote na podlagi kritične ocene številnih različnih informacij.

Namen takšnega učenja ni zgolj prenesti informacije brez razumevanja njenega širšega konteksta. Nasprotno, prek zabavnih, interaktivnih, spodbujajočih in ustvarjalnih metod takšno učenje spodbuja ozaveščenost in razvija veščine ter sposobnosti, kot so kritično mišljenje, komunikacijske veščine, reševanje sporov in timsko delo. Učni proces je osredinjen na učenca in ga motivira k aktivnemu vključevanju in učenčevemu odzivu na globalne izzive.

Globalno učenje za trajnostni razvoj je sestavni del učnega načrta ter tem različnih predmetov, npr. domovinska in državljanska kultura in etika, družba, okoljska vzgoja, medijska vzgoja, zdrav življenjski slog ... (Jaroslav Bolek , 2012).

Okoljska vzgoja in globalno učenje za trajnostni razvoj sta med seboj v marsičem povezana. V isti učni uri lahko npr. govorimo o vplivu monokulturnih plantaž bananovcev in hkrati govorimo o kršitvah človekovih pravic, katerim so izpostavljeni ljudje, ki delajo tam.

Nekaj osnovnih konceptov, ki dajo običajnim učnim temam globalno razsežnost:

- trajnostni razvoj in okolje,
- poraba in proizvodnja,
- hrana in kmetijstvo,
- naravni viri ,
- revščina,
- globalna ekonomija in mednarodna trgovina,
- preseljevanje,
- mir in spori,
- politična moč, demokracija in človekove pravice,
- raznovrstnost in medkulturni dialog,
- zdravje in blaginja.

(Učíme (sa) v globálnych súvislostiach, 2015)

S pomočjo primera učne ure bomo laže razumeli načela vključevanja globalnega učenja v učni načrt. Dejavnost lahko prilagodite tudi za osnovnošolske učence.

DEJAVNOST

Ribiči

CILJ:

Dijaki razumejo, da v svetu z omejenimi naravnimi viri ni niti zmagovalcev niti poražencev, saj nazadnje šteje samo to, kar je ostalo za prihodnje rodove, in ne tisto, kar smo pridobili zase.

ČAS: 45 minut.

KAJ POTREBUJETE:

- 20 “rib”
- kos tkanine za jezero
- tabla (če je skupina velika, lahko naredite več jezer, vendar mora v vsakem biti 20 rib/ali drugih predmetov, kot so koščki papirja ali bonboni, ki simbolizirajo ribe)

ŠTEVILO UDELEŽENCEV:

3–30 (glede na število udeležencev se dejavnost izvaja za posameznike ali skupine).

OPIS DEJAVNOSTI :

- Poskusite predstaviti dejavnost kot zelo zanimivo – povejte dijakom, da bodo lovili ribe. Na sredino razreda postavite tkanino (jezero) in nanjo položite 20 rib. Dobro je, da je scena čim bolj privlačna, da pritegne njihovo pozornost.
- Dijake razdelite v tri skupine. Njihova prva naloga je, da svojo skupino poimenujejo. Imena skupin napišite na tablo.
- Opišite situacijo, da bodo dijaki razumeli svojo vlogo: Ste ribiči in živite ob jezeru. S tem, kar ulovite v jezeru, se preživljate. Ribe lovite, da nahranite svojo družino, da otrokom plačate šolanje, da lahko kupite, kar potrebujete za življenje. Na začetku je v jezeru 20 rib, toda kot lahko vidite, so še drugi ribiči, ki se preživljajo na enak način kot vi. ***Vaš cilj je, da imate na koncu igre čim več rib.*** Igro bomo igrali 10 dni, na dan lahko ujamete od 0–3 ribe, kakor se sami odločite. Ko vsaka skupina konča lov (glede na svojo odločitev), pride noč – ponoči se ribe razmnožijo in zjutraj je v jezeru 25 odstotkov novih rib, ki smo jih dodali ribam, ki so ostale od prejšnjega dne (število rib mora biti deljivo s štiri, sicer ga zaokrožite). Rib ne sme biti več kot 20, toliko jih jezero največ vzdrži.
- Igra se izvaja 10 dni (dan 1–10) in vsak dan se ulov vsake skupine zapiše na tablo.
- Dijaki bodo verjetno hoteli imeti dodatne informacije, vendar je pomembno, da se držite osnovnega pravila igre: “Vaš cilj je, da imate na koncu igre čim več rib.” Vzpostaviti morate tudi tekmovalno vzdušje. Zapišite ulove skupin in vsak dan dodajte nove ribe.

	Skupina 1	Skupina 2	Skupina 3
Dan 1			
Dan 2			
Dan 3			
Dan 4			
Dan 5			
Dan 6			
Dan 7			
Dan 8			
Dan 9			
Dan 10			

- Najverjetneje bodo vse ribe ulovljene pred koncem desetega dne. Poudarite, da so ribiči in da rib ni več – te ribe so bile njihov vir preživetja in zdaj nimajo več ničesar, s čimer bi se lahko preživljali.

ANALIZA:

- Vam je uspelo priti do desetega dne, ne da bi polovili vse ribe iz jezera? Če je odgovor ne, to pomeni, da je eden ali več ribičev ujelo več, kot je bilo v naravi na voljo. Če ste končali prej, to pomeni, da narava ni mogla dovolj hitro zadostiti vašim potrebam.
- Kako se počutite na koncu igre? Ste zadovoljni z rezultatom?
- Kako ste razumeli nalogo? Razumete jo lahko na več načinov: vi/vaša skupina mora ujeti največje število rib ali v jezeru mora na koncu igre ostati čim več rib ali imeti morate čim več rib, vendar mora v jezeru ostati dovolj rib, da jih boste lahko lovili še naprej.
- Kako ste razmišljali tisti, ki ste ulovili največ rib? Kaj vas je vodilo do tega?
- Kaj vas je vodilo k temu, da ste postopoma lovili manj rib?
- Kako je potekalo delo v vaši skupini? Kdo je odločil, koliko rib boste ujeli vsakokrat?
- Kako ste se počutili, ko so vaši nasprotniki ujeli več rib?
- Kako je število rib, ki so jih ujeli vaši nasprotniki, vplivalo na vaš ulov?
- Če bi imeli možnost igrati to igro še enkrat, kako bi jo igrali ? Kaj bi storili, da bi lahko igra trajala čim dalj časa?

Ta igra nima niti zmagovalcev niti poražencev, vsi zmagajo ali vsi izgubijo.

NE POZABI!

- Se lahko spomnite podobnega primera iz resničnega življenja?
- Ali poznate naravne vire, ki upadajo ali so že izčrpani? Kdo je pri tem najbolj prizadet in kako to vpliva na nas?
- V kolikšni meri vplivata mnenje in obnašanje drugih ljudi na naše vsakodnevne odločitve?

Dejavnost "Ribiči" je primer, ki ponazarja medsebojno povezanost okoljske, etične in globalne vzgoje. Učenci spoznajo, da tedaj, ko postane najvišja vrednota osebna korist, ribe v jezeru izginejo, kar uniči naravno življenjsko okolje jezera in prizadene življenje ljudi, ki zaradi tega izgubijo svoj vir preživetja. Na podlagi te izkušnje se odpre pot za vrednote, kot so spoštovanje, sočutje, odgovornost in solidarnost.

NAMIG

Za več informacij o tem, kako na globalen način pogledati na odgovorno prehranjevanje, pojdite na spletno stran projekta.

6. Obveščanje in vključevanje

Če malo pretiravamo, bi lahko rekli, da če nekoga ne slišimo, je tako, kot da ne bi obstajal. Če za svoje načrte potrebujete podporo, govorite o njih z ljudmi okoli sebe. Že med samim projektom jih lahko obveščate o poteku in ugotovitvah projekta.

Poskrbite, da bodo na tekočem in da vedo, da se še vedno dogaja nekaj, v kar se lahko vključijo. Vam je uspelo doseči zastavljene cilje? Če je tako, obvestite vse, ki so vam pomagali ali vas samo opazovali, da je bil vaš projekt uspešen in kaj vse ste v njem dosegli.

Tudi drugim povejte, zakaj ste se odločili za temo o odgovornem prehranjevanju, in jih poskusite prepričati za bolj odgovorno izbiro hrane.

Motivacijska dejavnost za vrtce

NALOGA:

Na začetku srečanja preberite ali kako drugače otrokom predstavite (skozi igro) sporočilo gospoda Hrčka. Sporočilo naj bi spodbudilo otroke, da tudi nesodelujoče otroke in starše obveščajo o svojem delu pri projektu. Ko preberete sporočilo, prosite otroke, naj predlagajo, kako bi lahko obveščali druge o poteku projekta, o hrani in njenem vplivu na zdravje in na svet okoli nas. Nekatera sredstva za obveščanje že uporabljajo – oglasna deska, razstava risb ...

Z otroki se pogovorite, kakšen javni dogodek boste organizirali, in vključite priprave zanj v akcijski načrt. Uporabite lahko svojo zamisel ali izberete katero od možnosti, ki so predstavljene v sestavku s seznamom zamisli za javni dogodek. Kot del javnega dogodka predvidite tudi predstavitev vrtca gospodu Hrčku in njegovi družini.

KAJ POTREBUJETE?

- Natisnjeno pismo - Sporočilo 3. (Glejte Dodatek 15.)

SPOROČILO 3:

Pozdravljeni, otroci!

Povedal vam bom nekaj o stvari, ki me že nekaj časa muči. Včeraj sem na poti domov veliko razmišljal. Skupaj smo naredili in ugotovili veliko. Pregledujemo hrano, poskušamo ugotoviti, kaj je dobro za nas in za svet okoli nas, poleg tega se trudimo, da bi zadeve vsaj malo spremenili. Toda kako naj to povemo še drugim? Ali ne bi bilo dobro, da bi čim več ljudi izvedelo, kaj smo ugotovili? Saj moramo vendar vsi jesti, zato bi morali razmišljati tudi o tem, kaj jemo. Moj bratranec Lojzek, na primer, ni pozoren na to, ali je hrana, ki jo uživa, dobra zanj in za njegovo okolico. Zanima ga samo, kakšnega okusa je. In stavim, da ni edini.

Morda bi lahko takim ljudem pomagali. Kako? Tako, da jim povemo, kaj smo med projektom odkrili in kako se trudimo, da bi naredili majhne spremembe tukaj v vrtcu in doma. Lahko organiziramo dogodek za ljudi, na katerem bomo govorili o hrani in njenem vplivu. Morda se bodo potem začeli zanimati, od kod prihaja hrana, kako vpliva na naše telo in naše okolje, in morda bomo celo začeli pomagati drug drugemu.

Lahko torej predlagate, kako lahko pomagamo ljudem in gospe Hrček, da izvedo za naš projekt o hrani?

Motivacijska dejavnost za osnovne šole

NALOGA:

Pred srečanjem dajte v poštni nabiralnik še zadnje pismo. Na začetku srečanja razdelite učencem strip. Ko preberete pismo, prosite učence, naj predlagajo, na kakšne načine bi lahko obvestili ljudi v šoli in zunaj nje, kaj se dogaja s projektom o hrani in o vplivu hrane na naše zdravje ter svet okoli nas. Določite, kdo bo odgovoren za posamezno vrsto obveščanja, in jim razdelite delovne liste z ustreznim orodjem za obveščanje.

Z učenci se dogovorite, kakšen javni dogodek boste organizirali, in vključite priprave zanj v akcijski načrt. Uporabite lahko svojo zamisel ali izberete katero od možnosti, ki so predstavljene v sestavku s seznamom zamisli za javni dogodek.

KAJ JE TREBA PRIPRAVITI?

- Natisnjen strip Želiš nekaj izvedeti? (Glejte Dodatek 16.)
- Natisnjeno pismo Želiš nekaj izvedeti? (Ne pozabite dati pisma v nabiralnik pred srečanjem, da ga bodo lahko učenci vzeli, po tem, ko bodo prebrali strip.) (Glejte Dodatek 17.)
- Delovne liste za komunikacijska orodja. (Glejte Dodatek od 18 do 21.)

PISMO »ŽELIŠ NEKAJ IZVEDETI?«

Dragi člani odbora Ekošole,

resnično se vam zahvaljujem, ker ste mi dovolili pogledati v vaš svet in izvedeti, kako bo s hrano čez sto let. Ne vem, kaj naj z vsem tem storim, saj nekatere stvari presegajo moje zmožnosti razumevanja. Kako je tako velika sprememba sploh mogoča? V mojih časih je bilo pridelovanje hrane bistvena stvar za dobro gospodarjenje z zemljo, vodo in drugimi viri. Menim, da je pridelovanje hrane še vedno bistvena stvar, ki vpliva na svet in dobro počutje ljudi.

Lahko ste srečni, ker imate na voljo veliko novih informacij – zato se vam zahvaljujem, da ste jih analizirali in delili z drugimi. Velikokrat sem se mučil z vprašanjem, ali bi lahko kaj spremenil, če bi komu povedal, kaj sem videl v čarobnem ogledalu. Dejansko sem to tudi poskušal, vendar mi ni nihče verjel in name so gledali kot na norega človeka.

Vendar mi morate dovoliti, da ljudem povem kaj o vašem delu, kaj ste ugotovili, se naučili in odkrili. Ne zadržujte svojih odkritij zase, razkrijte jih drugim, v šoli in zunaj nje. Opravili ste veliko delo in to bo zagotovo navdušilo in prepričalo druge, da lahko tudi oni naredijo vsaj majhen korak za boljše prehranjevanje in da se začnejo zanimati, kaj jedo, kako pride hrana na njihov krožnik in kako to vpliva nanje in na njihovo okolico.

Motivacijska dejavnost za srednje šole

NALOGA:

Dijakom povejte, da je uspeh njihovega filma delno odvisen tudi od dobrega oglaševanja. Vsak dober producent skuša zbuditi zanimanje za film, ko snemanje še poteka, in za to uporablja različna orodja.

Prosite dijake, naj predlagajo načine, s katerimi lahko ljudi v šoli in zunaj nje seznanijo s tem, kaj se dogaja s projektom o hrani in z njenim vplivom na naše zdravje in svet okoli nas. Določite, kdo bo odgovoren za posamezno vrsto obveščanja, in jim razdelite delovne liste z ustreznim orodjem za obveščanje. Z dijaki se dogovorite, kakšen javni dogodek boste organizirali, in vključite priprave zanj v akcijski načrt. Uporabite lahko svojo zamisel ali izberete katero od možnosti, ki so predstavljene v sestavku s seznamom zamisli za javni dogodek.

Ste že posneli, zmontirali in naredili zvok za film? Ali je vaš film pripravljen, da ugleda svet? Potem je prišel čas, da ljudje zvedo zanj. Na velikem zaslonu prikažite nadaljnje informacije o projektu in o temi odgovornega prehranjevanja, o vaši raziskavi in spremembah, ki ste jih dosegli. Obvestite in spodbudite javnost. Film lahko prikažete na socialnih omrežjih in spletnih straneh (šolska spletna stran, spletna stran projekta itd.). Lahko ga uporabite na javnem dogodku, na primer za povabilo ljudi na dogodek, lahko ga uporabite na začetku ali med samim dogodkom (npr. kot del dogodka v krajevni kavarnici – film prikažete in nato razvijete pogovor s strokovnjaki itd.).

Kakšna komunikacijska orodja imate?

OGLASNA DESKA

Uporabite lahko oglasno desko ekoodbora ali naredite novo, namenjeno zgolj tematiki o odgovornem prehranjevanju. Za delovni list Kako narediti vpadljivo oglasno desko glej Dodatek 18.

ČLANEK

Za časopis, šolski časopis itd. ... Za delovni list Kako napisati zanimiv članek glej Dodatek 19.

SPLET

Pisanje člankov za splet ima svoja pravila in zahteva izkušnje. Kljub temu je dobro poskusiti napisati spletni članek, še pred tem pa je treba izvedeti, kako se pišejo članki za splet. Za delovni list Kako napisati članek glej Dodatek 20.

PREDSTAVITEV

Eno od orodij, ki vam pomagajo predstaviti vaš projekt javnosti. To so kratke, preproste, razumljive in predvsem zabavne predstave, kjer igra glavno vlogo govornik, ki za vizualno spremljavo uporablja prosojnice. To orodje lahko uporabite tudi za predstavitev projekta na konferenci, šolskem srečanju ali na javnem dogodku. Za delovni list Kako narediti predstavitev glej Dodatek 21.

JAVNI DOGODEK

Zanimiv dogodek, na katerem javnosti v povezavi s svojim delom predstavite temo o odgovornem prehranjevanju. Več informacij o tem najdete v poglavju *Kako načrtovati javni dogodek.*

Vključevanje

Zakaj je tako pomembno vključiti druge ljudi? Ker nam lahko pomagajo doseči stvari, ki jih ne bi zmogli doseči sami ali pa bi to zahtevalo od nas še večji napor. Ljudi za vključitev v dejavnosti lahko izberete (občinski predstavniki, strokovnjaki, sponzorji itd.) ali pa pošljete splošno povabilo in počakate na odziv. Ne glede na to, koga želite povabiti k sodelovanju, je vedno dobro imeti konkretno zamisel, kje potrebujete pomoč. Ko nekdo ve, kaj želite od njega, se laže odloči in vključi.

Ena od oblik vključevanja je, da vaši sošolci izpolnijo vprašalnik ali predlagajo izboljšave. Če boste kaj takega izvedli na vaši šoli, se ne pozabite zahvaliti in jih obvestiti, kaj ste naredili z njihovim mnenjem. Uporabite lahko naslednjo tabelo:

Vi predlagate

(V ta stolpec učenci zapišejo zamisli o tem, kaj naj se spremeni ali naredi kot del projekta.)

Primer:
Želimo, da hrana v šoli ne vsebuje palmovega olja.

Mi smo naredili

(V ta stolpec ekoodbor zapiše, kaj je storil za to.)

Primer:
Govorili smo z organizatorjem šolske prehrane in zdaj hrana v šoli ne vsebuje palmovega olja.

S spletne strani http://www.smartschoolcouncils.org.uk/.

SODELOVANJE MED ŠOLAMI

Želite svoje izkušnje deliti z nekom, ki dela na podobni temi? Ali si razbijate glave, ko poskušate rešiti problem iz projekta? Ali bi radi vključili več ljudi v pripravo javnega dogodka? Morda bi vam pomagalo, če bi delali skupaj z drugo šolo iz vaše okolice, ki se ukvarja s podobnimi problemi. V projekt Odgovorno s hrano lahko vključite drugo ekošolo ali celo neekošolo, v kateri se prav tako ukvarjajo z odgovornim prehranjevanjem.

Razprava o predelani hrani in palmovem olju s pozitivnimi učinki

Šola St. Patriarh Evtimiy v Plovdivu, Bolgarija

Dijaki s šole St. Patriarh Evtimiy so organizirali javno razpravo na temo Predelana hrana in palmovo olje, ki je nastala kot rezultat pregleda hrane. Cilj je bil na predelano hrano in palmovo olje pogledati iz različnih zornih kotov. Na razpravo so bili povabljeni starši, dijaki in lokalni predstavniki. Dijaki in družine so se tako seznanili s problematiko in začeli zavestno brati deklaracije na izdelkih. Na kraju dogodka je bila prepovedana dobava izdelkov, ki vsebujejo palmovo olje.

Kako načrtovati javni dogodek

V prejšnjih korakih ste izbrali, kaj bi radi spremenili na področju odgovornega prehranjevanja, ter začeli delati na tem. Javni dogodek bo pripomogel k temu, da boste postali bolj vidni, hkrati pa bo tudi reklama za vaš projekt. Morda boste z njegovo pomočjo našli nove člane in podpornike ter poglobili zavedanje ljudi o tej temi.

Najprej se morate odločiti, kakšen dogodek želite organizirati. Dogodek naj bi bil vrhunec vašega celoletnega truda pri projektu. Temeljiti mora na akcijskem načrtu in se nanašati na temo, ki jo obravnavate. Dogodek mora javnosti prikazati svetovno razsežnost problema.

Pri načrtovanju dogodka naj sodeluje ves odbor, lahko pa v to dejavnost vključite tudi druge. Dogodek zahteva posebno načrtovanje, zato morate predvideti dovolj časa za njegovo pripravo in izvedbo. Dogodek načrtujte na začetku projekta, takoj zatem, ko boste določili cilje in naloge, in ga vključite v akcijski načrt.

Na kaj je treba misliti pri načrtovanju

PRIPOROČILO:

Preden začnete dogodek načrtovati, zapišite cilje iz svojega akcijskega načrta (na primer na tablo), da jih boste imeli ves čas pred seboj.

KAKŠEN DOGODEK BI RADI PRIPRAVILI?

Za zamisli uporabite "nevihto možganov" in zamisli zapišite.

Učence in dijake razdelite v skupine. Te naj predlagajo, kaj želijo delati in katere dejavnosti bi bile primerne. (Na primer: **Želijo obvestiti ljudi o tem, kdaj je sezona za lokalno zelenjavo, ter jih informirati o prehranskih kilometrih;** ena od zamisli bi bilo razdeljevanje letakov s koledarjem sezonskega sadja in zelenjave na eni strani in receptom iz teh sestavin na drugi. Učenci in dijaki bi lahko imeli tudi stojnico, na kateri bi obiskovalci dobili nalogo, da razvrstijo sadje in zelenjavo po mesecih, v katerih so zreli. **Želijo pokazati, da imajo radi hrano iz teh sestavin;** pripravijo nekaj jedi iz sezonskih pridelkov. **Želijo pokazati, da so v okolici kmetije, ki prodajajo kakovostno sezonsko zelenjavo;** povabijo kmete iz okolice in pripravijo tržnico, naredijo zemljevid kmetij v okolici z informacijami, kaj lahko kupimo pri njih ...

Skupine druga drugi predstavijo dejavnosti in jih zapišejo na list papirja. Nato poskušajo na podlagi predlaganih dejavnosti sestaviti program dogodka in, če je mogoče, določiti: katerih dejavnosti ne bo mogoče vključiti.

KOGA NAJ POVABIMO?

Razmislite, koga želite povabiti, komu želite pokazati, kaj ste naredili, in koga želite spodbuditi. Imejte v mislih, da je treba ljudi povabiti vnaprej in pravočasno, da ne bodo preveč zaposleni z drugimi zadevami.

KDAJ IN KJE SE BO ODVIJAL DOGODEK?

Načrtujte primeren datum in uro. Dogodek organizirajte na dan, ki se nanaša na okolje (dan Zemlje, svetovni dan okolja) ali hrano, ali ga organizirajte na dan, pomemben za vašo šolo ali občino. Pri tem morate pomisliti tudi, ali so ljudje, ki jih želite povabiti, takrat na voljo.

KOLIKO ČASA BOMO POTREBOVALI ZA DOGODEK IN NJEGOVO PRIPRAVO?

Naredite časovnico za dogodek in napišite nanjo:

- koliko časa bo javni dogodek trajal,
- koliko časa bomo potrebovali za vsako od načrtovanih dejavnosti,
- koliko časa bomo potrebovali za oblikovanje posameznih dejavnosti in kako se te dejavnosti skladajo med seboj.

KAJ BOMO POTREBOVALI?

Napišite, kaj morate urediti, npr. stojnice, prostor pred šolo, papir za letake, tiskanje ...

KOLIKO BO DOGODEK STAL?

Poskušajte oceniti, koliko denarja boste potrebovali, in ugotovite, ali ga boste lahko priskrbeli iz lastnih virov ali boste potrebovali sponzorje.

KDO BO ODGOVOREN ZA DOGODEK?

Razdelite vloge in odgovornost za pripravo in izvedbo dogodka. Razmislite, kdo bo odgovoren za pripravo posamezne dejavnosti in koga bo še treba vključiti.

KAKO UGOTOVIMO, ALI JE VSE PRIPRAVLJENO TAKO, KOT MORA BITI?

Načrtujte naslednja skupna srečanja, na katerih boste drug drugega spodbujali pri delu. Določite roke, do katerih morajo biti stvari pripravljene, in nadzorujte priprave, da boste pravočasno videli, če kaj ne bo potekalo po načrtu, in boste tako imeli čas to popraviti.

Nekaj zamisli za javni dogodek

KRAJEVNA KAVARNICA

Vašo šolo oziroma vrtec za en dan spremenite v prijetno kavarnico, ki jo lahko obišče vsakdo. Morda lahko dogodek pripravite zunaj. V kavarnici se strežejo okusne jedi in pijače iz lokalnih sestavin. Gostje ne bodo dobili samo okusnih jedi in pijač, ampak tudi veliko koristnih informacij od izkušenega osebja – učencev.

KMEČKA TRŽNICA

Povabite domače kmete in pridelovalce hrane na šolo in organizirajte kmečko tržnico, na kateri bodo ljudje lahko izvedeli vse potrebno o lokalnih pridelkih in zakaj je smiselno kupovati hrano od domačih kmetov. Zemljevid, na katerem obiskovalci najdejo seznam kmetij in lokalnih pridelovalcev hrane, bi bil zelo uporabna stvar.

POUČNA POT

Naredite zanimivo poučno pot hrane. To lahko storite na različne načine, na primer kot pot od semena do končnega pridelka ali kot pot do odgovornega prehranjevanja ... Javni dogodek bi lahko izkoristili za odprtje take poti.

POSTAVITEV SEMENSKE BANKE

Ustvarite semensko banko, prostor za shranjevanje in izmenjavo različnih semen. Pri tem lahko sodelujete z nevladnimi organizacijami ali postavite novo platformo za sodelovanje z lokalno skupnostjo, drugimi šolami, kmeti itd. Naredite načrt za prvo srečanje, na katerem boste javnosti predstavili svojo dejavnost kot prispevek za ohranitev svetovne biotske raznovrstnosti, nekaj, kar lahko stori vsak od nas. Srečanje lahko izkoristite za izmenjavo semen.

VRTNA ZABAVA

Organizirajte javno pokušnjo sadežev z vašega vrta. Predstavite svoje delo pri projektu in vso lepoto vrtnarjenja. Seznanite ljudi z lokalnimi pridelki in pripravite nekaj receptov za jedi iz njih.

KUHARSKI TEČAJ

V šoli oziroma vrtcu organizirajte kuharski tečaj za javnost. Lahko ga izkoristite za pokušnjo in predstavitev projekta ter predstavitev teme o odgovornem prehranjevanju.

PRAVIČNI ZAJTRK

Javni dogodek organizirajte na mednarodni dan pravične trgovine, ki ga praznujemo vsako drugo soboto v maju (NVO NaZemi). Načrtujte pravični zajtrk za vaščane in jih informirajte o pravični trgovini.

Javni dogodki na pilotnih šolah

Gimnazija Šumperk – lokalna kavarnica

OŠ Vrane nad Vltavou – kuharski tečaj

OŠ J.V. Sladka, Zbiroh – pravični zajtrk

Vrtec Markušova, Praga 4 – shranjevanje hrane

OŠ Vrane nad Vltavou – tečaj kuhanja

Gimnazija Na Vitezne plani, Praga 4 – poštena čokolada

Vrtec in OŠ Plesna – kuhanje z dedki in babicami

Vrtec in OŠ Chmelnice, Praga 3 – brezmesni ponedeljek

Vrtec in OŠ Lobodice – mamica, babica, vabim te ...

OŠ Prerov, Travnik – konferenca okolja

OŠ Duba – kuhanje brez ostankov

NAMIG

Za več informacij o tem, kako na globalen način pogledati na odgovorno prehranjevanje, pojdite na spletno stran projekta.

7. Ekolistina – izjava o odgovornem prehranjevanju

Izjava o odgovornem prehranjevanju je vrsta pravil, ki jih učenci sestavijo in jim poskušajo slediti. Namenjena so spodbujanju odgovornega prehranjevanja učencev in tudi drugih ljudi. V idealnih okoliščinah teh pravil ne sestavijo samo člani ekoodbora, ampak pri tem sodeluje čim več drugih učencev s šole. Večje število udeleženih pomeni, da se bo več ljudi poistovetilo s pravili. Pravila naj bodo postavljena na vidnem mestu v šoli, da jih učenci ves čas vidijo. Primerno mesto je oglasna deska odbora Ekošole ali oglasna deska pri jedilnici.

Kako sestavimo izjavo o odgovornem prehranjevanju?

POSTOPEK:

Glede na število sodelujočih se odločimo, ali bo ves odbor delal skupaj ali se bo razdelil v manjše skupine. Vsaka skupina dobi list papirja in nekaj barvic.

Na list papirja narišite, kakšen je po vašem mnenju odgovoren jedec na vaši šoli. Okoli risbe napišite vse, kar vam pride na misel, da odgovoren jedec dela, na kaj je pozoren, kaj je, kako se obnaša ...

Učence in dijake opomnite ali napišite na vidno mesto, na katera področja se nanaša odgovorno prehranjevanje: lokalna in sezonska hrana, agrobiodiverziteta, zavržena hrana, predelana hrana in palmovo olje, poraba mesa, načini proizvodnje – bio, pravična trgovina itd. ... Učenci oziroma dijaki morajo postaviti pravila za vsa ta področja. Končna ekolistina mora vsebovati vsaj eno pravilo za vsako področje.

Če delate v skupinah, skupaj preglejte predloge. Na list narišite odgovornega jedca in iz predlogov izberite tiste, ki se vam zdijo najpomembnejši za odgovorno prehranjevanje. Nato jih preoblikujte in sestavite izjavo o odgovornem prehranjevanju. Izjava naj bo natančna, jasna in domiselna.

Priporočamo! Da bi pri oblikovanju pravil lahko sodelovalo čim več učencev oziroma dijakov, je priporočljivo to dejavnost ponoviti v posameznih razredih. Za to naj poskrbijo predstavniki razredov v odboru. Vsak razred bo imel nalogo oblikovati en skupen predlog o odgovornem prehranjevanju. Člani odbora bodo nato prinesli predloge na srečanje odbora in nato bodo skupaj izbrali največkrat omenjene predloge. V ta izbor bodo člani odbora vključili tudi svoje predloge in nato oblikovali izjavo o odgovornem prehranjevanju.

KAJ POTREBUJETE:

- Velik list papirja za vsako skupino (razred) in barvice.

Vrtec in OŠ Chmelnice

NAMIG

Uporabite lahko tudi zamisel o javnem dogodku, na katerem lahko obiskovalci na narisano sliko zapišejo svoje predloge o odgovornem prehranjevanju.

HVALA VSEM PILOTNIM ŠOLAM, KI SO NAM POMAGALE PRI OBLIKOVANJU IN PREIZKUŠANJU METODOLOGIJE MED ŠOLSKIM LETOM 2015/2016.

Vrtec Duba
Gimnazija Na Vitezne plani, Praga 4
Vrtec in OŠ Chmelnice, Praga 3
Vrtec in OŠ Lobodice
OŠ Markušova, Praga 4
Vrtec in OŠ Plesna
Vrtec Prerov, Travnik
Gimnazija Šumperk
Vrtec Vrane nad Vltavou
Vrtec J.V. Sladka, Zbiroh
OŠ Špalova, Ostrava

Napisali in uredili:
mag. Zuzana Jakobová, mag. Jitka Krbcová
+ partnerji iz Slovaške
(poglavje Delo po učnem načrtu)

Komentarji:
učitelji pilotnih šol (Jana Mikešová,
Dagmar Bouchalová, Eva Gregovská,
Jana Ježková, Jana Mašková, Markéta Pézlová,
Alena Jelínková, Pavla Balcárková, Renata Česáková,
Renata Schubertová, Andrea Tláskalová,
Zuzana Lenochová, Lenka Wildová,
mag. Karla Benediktová, Klára Zastoupilová),
partnerji pri projektu: mag. Petra Šimonová,
Ivana Moravcová, Marie Plojharová

Lektoriranje:
Bc. Barbora Landová, DiS

Ilustracije:
mag. Alžběta Šimková

Grafično oblikovanje:
Mário Šimko

Izdala in založila:
TEREZA, vzdělávací centrum, z. ú., 2016

**Grafična priprava slovenskega priročnika,
prevod in lektura:**
DOVES-FEE Slovenia/Program Ekošola

WWW.TEREZANET.CZ

DEFINICIJA ODGOVORNEGA PREHRANJEVANJA PROJEKTA ODGOVORNO S HRANO!

»Odgovorno prehranjevanje je stvar zavestne odločitve in učenja, ne le povezava med našo hrano in okoljem, ampak tudi politični, socialni, kulturni in ekonomski kontekst naše odločitve. To bi moralo voditi k povečanju kakovosti življenja nas samih in vseh ostalih ljudi na Zemlji.«

Publikacija je bila izdelana s finančno podporo Evropske unije,
Ministrstvom za zunanje zadeve Češke republike in Češko razvojno agencijo.
Za vsebino publikacije sta odgovorna TEREZA in Glopolis.
Vsebina morda ne odraža stališča Evropske unije.

ODGOVORNO S HRANO! Ekošola glopolis 2015 Evropsko leto za razvoj naš svet naše dostojanstvo naša prihodnost