



ВСЕСВІТНІЙ УРОК З ХАРЧУВАННЯ

12 ВІДПОВІДАЛЬНЕ
СПОЖИВАННЯ



**РЯТІВНИКИ
ЇЖІ!**



Electrolux
Food Foundation



FEED THE
PLANET

Founded by **WORLD CHEFS**
Powered by **Electrolux** and **AIESEC**





Тривалість уроку

70 хвилин

Вік

8–12 років

Предмет

Громадська діяльність, наука

Мета уроку

Надихнути дітей харчуватися відповідально.

Результат уроку

Діти зможуть:

- Зрозуміти, що означає ЦСР №12 та чому вона важлива
- Дізнатися більше про Ціль 12.3 - скоротити вдвічі в перерахунку на одну особу населення загальносвітовий обсяг харчових відходів
- Дізнатися які існують практичні способи та дії, доступні кожному, аби скоротити обсяги своїх харчових відходів та почати харчуватися відповідальніше.

Ключові слова

Сталий розвиток, Цілі сталого розвитку, харчові відходи, відповідальне споживання.

Підготовка до уроку

- Атмосфера у класній кімнаті має сприяти роботі в групах та довірливим обговорюванням, тому поставте стільці колом або розташуйте за круглим столом
- Кімната має бути обладнана відео- та аудіопрогравачем для перегляду відео
- Роздрукуйте робочі листи «Рятівники їжі» (один на особу) з додатку А
- Роздайте дітям олівці або маркери для роботи з додатком А
- Роздрукуйте плакати з Цілями сталого розвитку з додатку Б
- Роздрукуйте плакат «Що в моїй тарілці?» (Додаток В)
- Роздрукуйте тестування для оцінки своїх звичок (один на особу) з додатку Г
- Роздрукуйте 10 порад відповідального споживання (один на особу) з додатку Д
- Роздрукуйте сертифікати (один на особу) з додатку Е
- Роздайте ватмани або листки А3 для роботи в групах

Рятівники їжі - План уроку

Ключове питання

Як я можу зробити свій внесок в досягнення Цілей сталого розвитку, знижуючи кількість харчових відходів?



10
ХВИЛИН

Крок 1: Вступ

Знайомство: Представтеся та назвіть свою улюблену страву. Попросіть учнів зробити те саме.

Завдання: Роздайте кожному учню додаток А та попросіть намалювати на тарілці, що вони їли вчора на вечерю або свою улюблену страву. Скажіть учням зберігати малюнки до кінця уроку.

Крок 2: Що таке Цілі сталого розвитку?

10
ХВИЛИН

Продемонструйте учням плакат з додатку Б та спитайте їх, чи чули вони раніше про Цілі сталого розвитку та чи впізнають значки Цілей на плакаті. Коротко розкажіть про Організацію Об'єднаних Націй та як саме було створено ці 17 цілей у 2015 році. Поясніть, що Цілі - це міжнародний спільний план для подолання бідності, захисту планети та забезпечення мирного існування людей, який треба досягнути до 2030 року.

Покажіть учням [це відео про Цілі сталого розвитку](#). Після перегляду, запитайте учнів, чи зрозуміли вони сутність Цілей сталого розвитку. Попросіть декількох учнів поділитися з класом своєю думкою.

Крок 3: ЦСР та їхній зв'язок з продуктами харчування

10
ХВИЛИН

Покажіть учням плакат «Що в мої тарілці?» (Додаток В), щоб наочно продемонструвати зв'язок їжі з Цілями сталого розвитку. Поясніть кожен сценарій з плакату та підкріпіть їх фактами чи статистичними даними. Підсумуйте, пояснивши, що харчові відходи мають дійсно глобальний вплив.

Скажіть учням, що існує багато способів зробити свій внесок у досягнення Цілей сталого розвитку 2030, але є одна річ, спільна для всіх людей на планеті, що може вплинути на декілька Цілей одразу – це харчування.

Представте ЦСР №12 та поясніть важливість її досягнення. Скажіть, що на сьогоднішньому уроці ви будете обговорювати завдання цілі №12.3: скоротити вдвічі в перерахунку на одну особу населення загальносвітовий обсяг харчових відходів.

Покажіть учням відео «[Всесвітній урок з харчування](#)». Обміняйтеся думками.

Крок 4: Тест для самоперевірки

15
ХВИЛИН

Скажіть учням, що зараз у них буде нагода зробити оцінку своїх харчових звичок, щоб зрозуміти, як кожна людина може впливати на глобальну проблему харчових відходів та зробити свій внесок у досягнення Цілей сталого розвитку.

Роздайте учням тест для самоперевірки з додатку Г та попросіть їх зробити оцінку страв, які вони малювали на початку уроку. Прочитайте та поясніть учням питання тесту, після чого дайте їм 5 хвилин обрати відповіді. Якщо якийсь питання незрозуміле, поясніть, що мається на увазі.

Після того, як учні закінчать відповідати на питання тесту та порахують кількість балів, попросіть декількох з них поділитися своїми результатами. Запитайте, чи змінилося їхнє ставлення до їжі після тесту. Чи вдалося їм прослідкувати вплив їжі на планету? Чи розуміють вони тепер, що можуть допомогти вирішити глобальну проблему лише переглянувши свої харчові звички?

Крок 5: Обмін ідеями

15
ХВИЛИН

Запитайте учнів, хто такий, на їхню думку, герой чи рятівник. Скажіть учням, що тепер, коли проблема їм відома, настав час подумати над її вирішенням та самим стати Рятівниками їжі! Поділіть учнів на групи по 4-5 осіб та попросіть їх обговорити у групах, яких дій люди мають дотримуватися щодня аби зменшити кількість харчових відходів.

Роздайте учням фліпчарти та маркери, щоб вони могли записати або намалювати свої ідеї. Слідкуйте, щоб учні дійсно обговорювали їх у групах та давали кожному учаснику можливість поділитися своєю думкою. Розкажіть, що ідеї можуть бути універсальними та застосовуватися як вдома, так і в шкільній їдальні або в кафе. Коли кожна група матиме свій список порад, попросіть їх поділитися ними з усім класом. Дайте кожній групі час презентувати свої ідеї, після чого можете доповнити їх порадами, які ще не були названі, з додатку Д. Як висновок, озвучте ще раз усі поради та дії, яких варто дотримуватися, щоб зменшити кількість харчових відходів вдома, у школі, в ресторані чи на екскурсії.

Крок 6: Заключна частина

10
ХВИЛИН

Роздайте учням роздрукований додаток Е та попросіть їх написати 3 дії, які вони обіцяють робити відсьогодні, щоб зменшити негативний вплив харчових відходів. Урочисто оголосіть, що відтепер всі присутні можуть зватися «Рятівниками їжі» та роздайте кожному сертифікат, що засвідчує участь в уроці.

Після закінчення уроку, зробіть спільне фото та викладіть його на карті Найбільшого уроку у світі онлайн. Для цього перейдіть на сайт [«World's largest lesson»](#), натисніть на кнопку «Войдут в историю» у правому верхньому кутку веб-сторінки, зареєструйтеся та заповніть коротку анкету про свій проведений урок, місто, в якому він відбувся, та вкажіть темою вашого уроку Ціль 12 - Відповідальне споживання та виробництво. У рядку «Я приймаю участие в «Самом большем уроке в мире» благодаря...», оберіть «Feed the Planet (Worldchefs, Electrolux, AIESEC)». Вітаємо! Ваш урок увійшов в історію!

Додаткові завдання

Скажіть учням, що на цьому навчання не закінчується, адже тепер вони мають продовжити шлях «Рятівників». Запропонуйте декілька групових челенджів на вибір:

- Протягом тижня досліджуйте вдома кількість їжі на тарілці під час вечері, позначаючи у відсотковому співвідношенні з'їдену та викинуту їжу. Спробуйте малювати або фотографувати це співвідношення щодня. Після дослідження, зберіть свою родину разом та обговоріть шляхи зменшення кількості харчових відходів у вашому домі. За бажанням, після завершення експерименту, можна презентувати його результати у класі та поділитися найбільш дієвими порадами.
- Попрацюйте в групах та замірюйте протягом 5 учбових днів кількість викинутої їжі у шкільній їдальні. Також рекомендуємо поррахувати, скільки додаткових порцій можна було б зробити з викинутої їжі та скільки людей нагодувати. За тиждень поділіться інформацією на шкільному зібранні, щоб підвищити рівень обізнаності про цю проблему.

Подяки та використані джерела

Подяки та використані джерела

International Society for Technology in Education (2016). ISTE Standards for Students. Eugene, Oregon: International Society for Technology in Education.

National Council for the Social Studies (2010). National Curriculum Standards for Social Studies: A Framework for Teaching, Learning, and Assessment. Silver Spring, MD: NCSS.

National Governors Association Center for Best Practices, Council of Chief State School Officers. (2010). Common Core State Standards (CCSS). Washington, D.C.: National Governors Association Center for Best Practices, Council of Chief State School Officers.

NGSS Lead States (2013). Next Generation Science Standards: For States, By States. Washington, DC: The National Academies Press.

United Nations General Assembly (2015). Transforming Our World. The 2030 Agenda for Sustainable Development. NY, NY: United Nations.

Про авторів

Цей урок було складено представниками міжнародної молодіжної організації AIESEC, фонду Electrolux Food Foundation та асоціації Worldchefs за підтримки ініціативи World's Largest Lesson від Project Everyone.



Додаток А: Робочий лист «Рятівники їжі!»





ГЛОБАЛЬНІ ЦІЛІ СТАЛОГО РОЗВИТКУ

<p>1 ПОДОЛАННЯ БІДНОСТІ</p> 	<p>2 ПОДОЛАННЯ ГОЛОДУ</p> 	<p>3 МІЦНЕ ЗДОРОВ'Я</p> 	<p>4 ЯКІСНА ОСВІТА</p> 	<p>5 ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ</p> 	<p>6 ЧИСТА ВОДА ТА НАЛЕЖНІ САНІТАРНІ УМОВИ</p> 
<p>7 ВІДНОВЛЮВАНА ЕНЕРГІЯ</p> 	<p>8 ГІДНА ПРАЦЯ ТА ЕКОНОМІЧНЕ ЗРОСТАННЯ</p> 	<p>9 ІННОВАЦІЇ ТА ІНФРАСТРУКТУРА</p> 	<p>10 ЗМЕНШЕННЯ НЕРІВНОСТІ</p> 	<p>11 СТАЛИЙ РОЗВИТОК МІСТ ТА СПІЛЬНОТ</p> 	<p>12 ВІДПОВІДАЛЬНЕ СПОЖИВАННЯ</p> 
<p>13 БОРТЬОБА ЗІ ЗМІНОЮ КЛІМАТУ</p> 	<p>14 ЗБЕРЕЖЕННЯ МОРСЬКИХ ЕКОСИСТЕМ</p> 	<p>15 ЗБЕРЕЖЕННЯ ЕКОСИСТЕМ СУШІ</p> 	<p>16 МИР ТА СПРАВЕДЛИВІСТЬ</p> 	<p>17 ПАРТНЕРСТВО ЗАРАДИ СТИКЛОГО РОЗВИТКУ</p> 	 <p>ГЛОБАЛЬНІ ЦІЛІ Сталого Розвитку</p>

Подумай хвилинку про їжу та планету

Яку відстань проїхала моя їжа, аби дістатися до мене?



Хто виростив або виробив продукти для моєї страви?



Що в моїй тарілці?

Яким було пакування моєї їжі?



Скільки продуктів я викидаю?



Додаток Г: Тест для самоперевірки



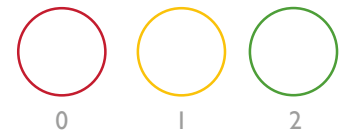
1. Чи були у твоїй страві органічні інгредієнти (вирощені локально та без додавання шкідливих добрив)?

- Всі інгредієнти органічні
- Жодні інгредієнти не були органічними
- Деякі інгредієнти органічні



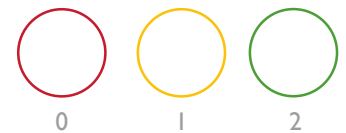
2. Як багато їжі було залишено чи викинуто у сміття?

- Нічого 1–2 ложки Більше ніж 3 ложки



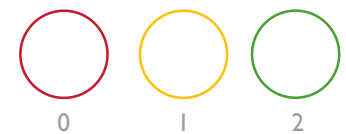
3. Скільки складників твоєї страви було вирощено в Україні?

- Всі Декілька Жоден



4. Чи була твоя страву у пластиковому чи поліетиленовому пакуванні? Якщо так, то скільки його було?

- Жодного 1 елемент 2 чи більше елементи



5. На твою думку, якими були робочі умови людей, які виростили продукти для твоєї страви?

- Справедливими та гідними
- Частково справедливими
- Я не знаю



Результат:



Ти справжній рятівник/справжня рятівниця їжі!!

Вітаємо, ти робиш усе правильно! Продовжуй у тому ж дусі та надихай друзів робити те саме.



Ти можеш більше!

Непогано, але твій внесок у квітуче майбутнє планети може бути ще більшим. Проаналізуй свої результати та подумай, що можна робити інакше наступного разу.

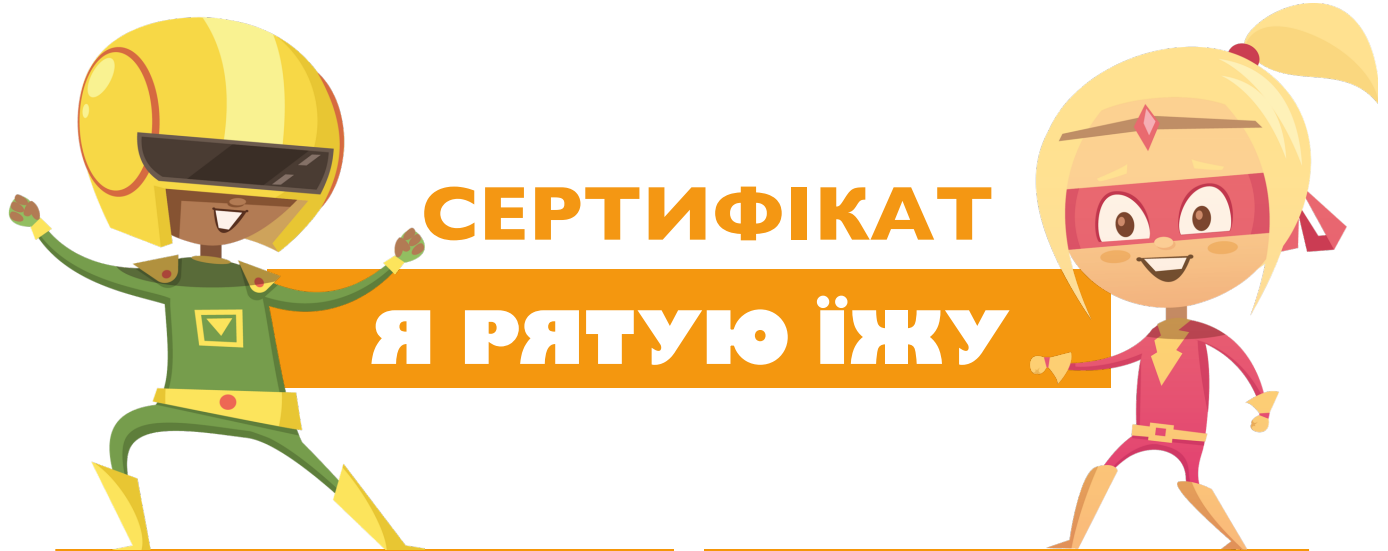


Треба щось змінювати!

Проаналізуй свої харчові звички та дізнайся більше про їжу, яку ти їси. Попроси поради у вчителів чи батьків. Візьми за звичку декілька порад відповідального споживання з додатку Д цього уроку.



1. Перед тим як йти у магазин, зазирни з батьками в холодильник та складіть список необхідних продуктів, яких немає вдома, та чого вам не вистачає для приготування їжі.
2. Не бійся брати з полиць в магазині «некрасиві» овочі та фрукти. Повір, на смак вони такі самі, як і «красиві».
3. Переконайся, що у твоєму холодильнику встановлена правильна температура. Поклади туди термометр та перевір за годину: температура має бути 4°C.
4. Щаслива тарілка – це порожня тарілка. Замовляй стільки, скільки можеш з'їсти, щоб не викидати залишки їжі. Замість великої порції одразу, краще потім візьми добавки.
5. Ретельно порийся в холодильнику, щоб знайти продукти, які ще можна з'їсти до закінчення терміну придатності.
6. Заморозуй свої улюблені ягоди та овочі влітку, щоб з'їсти їх свіженькими взимку чи зварити смачний компот.
7. Не всі продукти потрібно зберігати в холодильнику! Банани, ананаси та помідори не люблять холоду, тому їх варто тримати у фруктовій корзині на кухні.
8. Тобі колись доводилося смакувати млинці з картоплі чи вчорашню піццу? Повір, це все ще смачно, тому не бійтеся вигадувати з батьками нові страви з вчорашньої вечері.
9. Уяви, що ти береш участь у кулінарному змаганні та для своєї страви можеш використати лише те, що є в тебе в холодильнику. Що б ти приготував / приготувала?
10. Далеко не всі дорослі знають про ці поради. Поділись з ними своїми новими знаннями!



Мене звати:

Дата:

Я обіцяю робити ці 3 речі, щоб зменшити негативний вплив харчових відходів:

1. _____

2. _____

3. _____



