

ŠETŘI POTRAVINOU NEPLÝTVEJ

AUTOR

Recyklohraní, o.p.s., Mgr. Petra Rabušicová, Ing. Terezie Pačesová

ZÁMĚR

Žák si uvědomí hodnotu potravin a reflektuje vlastní postoj k potravinám.

CÍLOVÁ VĚKOVÁ SKUPINA

I. stupeň ZŠ, 3. – 5. třída, (1. a 2. třída dle uvážení pedagoga)

KLÍČOVÉ CÍLE

Žák si ujasní, že potraviny potřebuje k životu. Začne přemýšlet, odkud pochází, zda z našeho mírného pásma, nebo z cizích zemí. Žák si osvojí termíny „doba použitelnosti – spotřebujte do...“, „minimální doba, trvanlivosti“, čerstvá potravina. Žák si ujasní, co znamená plýtvat potravinami a co vše „vyhazuje“ s nedojedenou potravinou. Žák si stanoví kritéria pro vlastní hodnocení potravin (např. jedl by banán s hnědými tečkami) a reflektuje důsledky plýtvání potravinami, uvědomuje si hodnotu potravin.

KLÍČOVÉ POJMY

potraviny, hodnota potravin, zdroje potravin, uchování potravin, doba použitelnosti (spotřebujte do...), minimální doba trvanlivosti, hojnost potravin, plýtvání.

ZÁKLADNÍ INFORMACE K TÉMATU:

Přestože potraviny patří mezi naše nejcennější zdroje, zůstává přibližně třetina celosvětové roční produkce potravin nevyužita. Takové množství by přitom dokázalo nasycit na tři miliardy lidí.¹ V rámci států Evropské unie dojde každoročně k vyplýtvání více než 170 kg na osobu (jedná se o odhad).² Údaje vztažené na občana ČR jsou odhadovány jako nižší, konkrétně se uvádí 81 kg.³ Ztráty vznikají během celého potravinového řetězce, tj. v oblasti výroby, distribuce, obchodu, v domácnostech či při stravování mimo domov. Právě v evropských zemích dochází k významným ztrátám potravin v posledních fázích řetězce, a to především při konzumaci potravin. Hlavním důvodem je nedostatečné plánování nákupu/spotřeby potravin a nesprávné skladování. Spotřebitelé také mnohdy zaměňují označení „spotřebujte do“ a „minimální trvanlivost“. Více informací naleznete v Lektorské příručce v části 4. Potraviny, str. 16.

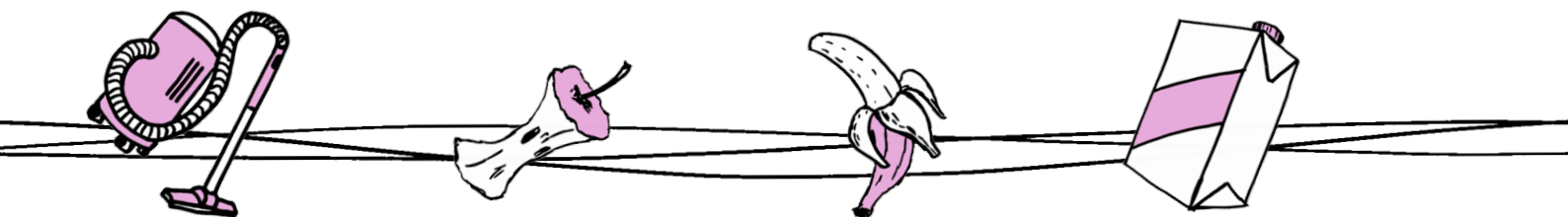
DOBA TRVÁNÍ

45 minut - základní vyučovací hodina

¹ Food wastage footprint, Impact on natural resources, Summary Report, Food and Agricultural Organisation of the United Nations, 2013

² Zdroj: www.eea.europa.eu/cs/signal/signal-2012/zaostreno/plytvani-potravinami

³ Technology options for feeding 10 billion people, Options for cutting Food Waste, Study, Institute for Technology Assessment and Systems Analysis; Karlsruhe Institute of Technology, 2013



MÍSTO

Školní třída

POMŮCKY/MATERIÁL

Zalisované kartičky potravin, pracovní texty do skupin, na ukázkou ovoce (banán, jablko, dobrá i horší jakost ovoce), velký list papíru (A2), kde je znázorněna rodina Šetrných, 2 misky na ovoce, kuchyňské příborové nožiky pro učitele, popřípadě žáky, prkýnko, pracovní listy, tabulky

POPIS PROGRAMU VČETNĚ METOD PRÁCE**AKTIVITA 1 - VÍTEJTE U RODINY ŠETRŇNÝCH**

Cíl: Seznámit žáky s problematikou plýtvání potravinami a s možnostmi omezení potravinového odpadu.

Metoda: Poslech, reflexe, práce ve skupině, prezentace výstupu, diskuze

Časová dotace: 15 min.

Pomůcky: text příběhu, psací potřeby

Postup:**1. Učitel žákům přečte příběh:**

Rodinu Šetrných, tvoří máma, táta, Anička a Pepa. Anička chodí do 3. třídy a Pepa do 5. třídy.

Ve škole při projektovém týdnu, týdnu děti dostaly zajímavý úkol. Týkal se potravin. Děti se měly zamyslet nad plýtváním. Měly zjistit, zda se u nich v rodině plýtvá a proč se to vůbec děje.

Po dobu jednoho měsíce sledovaly, jestli nějaké potraviny vyhodily a pokud ano, měly vymyslet strategii, jak by tomu mohli zabránit.

V rodině Šetrných se maminka snaží nákup plánovat, správně potraviny skladovat a zužítkovat je ještě před uplynutím jejich doby použitelnosti. Nicméně i u nich Anička a Pepa v rámci zadaného školního úkolu našli jisté nedostatky.

- Anička 4x zapomněla vyndat včas ze školního batohu nedojedenou svačinu, tak ji vyhodila, aby ji maminka nehubovala.
- Pepa 3x nechal na stole od snídaně rohlík, který do večera ztuhl, tak ho radši zahodil, aby ho neviděli rodiče.
- Pepa nechal 1x v batohu banán, který dostal ve školní jídelně, až celý zhnědl, tak ho také vyhodil.
- Maminka koupila rybu, která po otevření obalu nevypadala čerstvě, i když ještě nebyla prošlá, radši ji vyhodila.
- Tatínek měl 2x pracovní večeři, neřekl to mamince, která navařila večeři pro 4. Na zbylé jídlo zapomněli.
- 1x jeli na víkend za babičkou a nechali v lednici ředkvičky, které po jejich příjezdu byly celé zcvrklé.

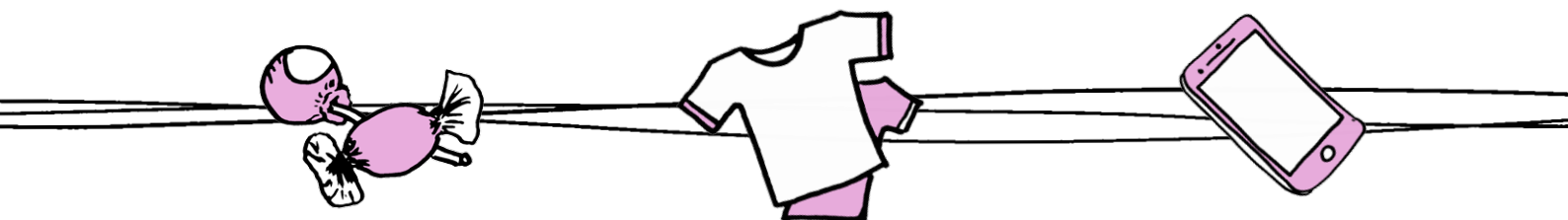
2. Po přečtení příběhu se pedagog zeptá žáků: „Poradíte rodině Šetrných strategii, jak se vyhnout vzniklým potravinovým odpadům?“ **Žáky rozdělí do skupinek cca 5 žáků (max. počet skupinek 5; žáci dostanou pracovní papíry, kde bude příběh rodiny Šetrných zapsán) s úkolem, aby vymysleli pro rodinu Šetrných strategii k omezení plýtvání potravinami.**

3. Skupinky žáků postupně představí svoje nápady ostatním.

4. O návrzích žáci diskutují a pedagog doplňuje případně další adekvátní informace.

Na to naváže nebo již předchozí diskusi prole otázkami typu:

- A jak je to u vás doma?
- Kolik jídla denně, či týdně vyhodíte do koše?
- Proč lidé potravinami plýtvají?
- Myslíš, že znáš hodnotu potravin?
- Proč jsou pro nás potraviny tak důležité?



AKTIVITA 2 – CESTA JAHOD Z POLE AŽ PO ODPADKOVÝ KOŠ!

Cíl: Seznámit žáky s „životním cyklem“ ovoce na příkladu jahod a s důsledky nesprávného spotřebitelského chování.

Metoda: Promítnutí videa, reflexe, diskuze

Časová dotace: 10 min.

Pomůcky: Technika k přehrání videa z internetu (Video k dispozici na : www.youtube.com/watch?v=WREXBUZBrS8 či přímo na webových stránkách savethefood.com, který provozuje americký Ad Council)

Postup:

1. Pedagog pustí žákům video (popřípadě si mohou žáci pustit video ve skupinkách na PC/ tabletech.
2. Po shlédnutí videa se pedagog zeptá, co si o situaci na videu žáci myslí. Dále se zeptá, jaké zdroje přišly v tomto případě vniveč (benzín, nafta při transportu, lidská práce,) a jaký jiný „životní cyklus“ jahod je napadá (vč. začlenění těchto možných fází: pěstování na balkoně, na zahradě, u prarodičů, nákup na trhu,...). Pedagog dále pokládá otázky či žáky vede, aby diskutovali i aspekty jako „Odkud různé potraviny pochází?“, „Proč se k nám dováží jahody?“, „Plánování nákupu“.

AKTIVITA 3 – PŘÍPRAVA VEČEŘE PRO RODINU ŠETRNÝCH

Cíl: Žáci se dozvědí, rozdíl mezi pojmy doba použitelnosti – spotřebujte do...“, „minimální doba trvanlivosti“, čerstvá potravina a prakticky jich využívají. Naučí se předcházet plýtvání s potravinami.

Metoda: prezentace, práce ve skupině, prezentace, diskuze.

Časová dotace: 10 min.

Pomůcky: kartičky s potravinami

Postup:

1. Pedagog vysvětlí ve stručnosti žákům rozdíl mezi pojmy doba použitelnosti – spotřebujte do...“, „minimální doba trvanlivosti“, (alternativně mohou žáci ve skupinkách sami vymyslet, co znamená, jaké potraviny spadají do kategorií doba použitelnosti – spotřebujte do...“, „minimální doba trvanlivosti“, čerstvá potravina).
2. Poté dostanou žáci zadání a kartičky potravin. Žáci pracují ve skupinkách sestavených již při aktivitě
 1. Žáci pracují podle zadané situace. K dispozici mají nejrozličnější potraviny, které mají využít pro přípravu večeře rodiny Šetrných. Úkolem je, vymyslet takové menu, aby přišlo co nejméně potravin vniveč (na obrázcích jsou potraviny označeny dobou spotřeby, min. dobou trvanlivosti a čerstvé potraviny); večeře se připravuje určitý den např. 15. 5. 2017. Základní potraviny jako olej, cukr, sůl jsou k dispozici. Pedagog upozorní žáky, že nemusí využít všechny potraviny, jen ty, které je potřeba zkonzumovat. Rodina Šetrných odjíždí po večeři na týdenní dovolenou, takže všechny potraviny, které by se během této doby zkazily, musí být na večeři využity.

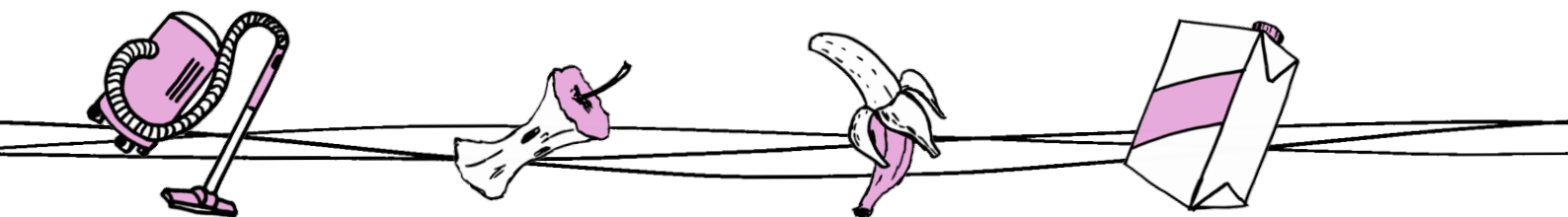
Kartičky tvoří tyto skupiny potravin:

Skupinka 1 - chleba, mrkev, cibule, čočka (s datem po uplynutí min. doby trvanlivosti), rýže (s datem min. doby trvanlivosti až za půl roku), máslo (doba spotřeby uplyne během dovolené), tvrdý sýr (doba spotřeby uplyne den po návratu z dovolené)

Skupina 2 - 3 rajčata, 2 banány, mléko (doba spotřeby uplyne během dovolené), housky, cibule, vepřové maso, těstoviny (s datem min. doby trvanlivosti až za půl roku)

Skupina 3 - Veka, tvrdý sýr (doba spotřeby uplyne během dovolené), brambory, vločky (s datem min. doby trvanlivosti až za 3 měsíce), zelený salát, vajíčka (doba spotřeby uplyne den po návratu z dovolené), citron

Skupina 4 - 2 bílé jogurty (doba spotřeby uplyne den po návratu z dovolené), okurka, kuřecí maso (doba spotřeby uplyne během dovolené), hladká mouka (s datem min. doby trvanlivosti až za 3 měsíce), cibule, jablka, broskvový



kompot od babičky

Skupina 5 - Rohlíky, šunka (doba spotřeby uplyne během dovolené), čerstvé jahody, fazole (s datem min. doby trvanlivosti až za 3 měsíce), mléko (doba spotřeby uplyne den po návratu z dovolené), máslo (doba spotřeby uplyne během dovolené), paprika

3. Jednotlivé skupinky žáků představí své menu pro rodinu Šetrných včetně toho, jaké potraviny použily / nepoužily a proč.

AKTIVITA 4 – POCHUTNÁME SI NA OVOCNÉM SALÁTU

Cíle: Žáci si společně ochutnají a porovnají ovocné saláty. Vnímají saláty všemi smysly. (např. salát z nevzhledného ovoce může být sladší/chutnější než z esteticky dokonalých kousků,...).

Metoda: praktická činnost, ochutnávání všemi smysly, reflexe, diskuze

Časová dotace: min. 20 min. (dle uvážení pedagoga volitelná aktivita pro projektové dny)

Pomůcky: Příborové nožíky, 2 velké misky, vidličky/lžičky (z jídelny nebo žáci dostanou za úkol si přinést z domova vlastní).

Postup:

1. Pedagog s pomocí žáků pokrájí ovoce (jablka, banány, hrušky. – vzhledné a nevzhledné). Jeden salát se udělá z nevzhledného ovoce a druhý z esteticky dokonalého ovoce.
2. Žáci potom jednotlivé saláty ochutnají a porovnají všemi smysly.
3. Pedagog shrne aktivitu tak, že zdůrazní různé druhy potravin s ohledem na dobu jejich trvanlivosti, skladování a možnosti zamezení plýtvání s nimi.

Závěr: Žáci si zopakují, co se naučili a proč by se nemělo v domácnostech plýtvat.

ZPŮSOB HODNOCENÍ LEKCE:

Diskuse, rekapitulace ze strany pedagoga nebo některého z žáků.

Podklad pro učitele k aktivitě 3

Zdroj: www.szpi.gov.cz/docDetail.aspx?docid=1001188&docType=ART&nid=11342

Detailní vysvětlení termínů „datum použitelnosti“ a „datum minimální trvanlivosti“ naleznete v Lektorské příručce na straně 16 a 17, v části 4 - Potraviny.

NADSTAVBA LEKCE

Vyplnění pracovního listu. Potraviny zobrazené na kartičkách (viz aktivita 3) mohou být použity pro vyplnění pracovního listu.

PODKLADY PRO JEDNOTLIVÉ AKTIVITY

www.youtube.com/watch?v=VGTPKKOVoz4

www.eatresponsibly.eu/cs/foodwaste/1#section-bin
savethefood.com

