



Metodologija

7 KORAKA DO ODGOVORNE PREHRANE



Kao dio projekta „Mi jedemo odgovorno“ akcijski orijentiranog projekta globalnog učenja tijekom EYD 2015 i nakon nje producirani su sljedeći dokumenti:

- Priručnik „Jelovnik promjene“
- Metodološki priručnik „7 koraka do odgovorne prehrane“
- Web stranica projekta „Mi jedemo odgovorno“ www.eatresponsibly.eu
- Nacionalne Facebook stranice „Mi jedemo odgovorno“
- Međunarodna Facebook stranica „Mi jedemo odgovorno“
- Plakati „Mi jedemo odgovorno“

7 KORAKA PREMA PRAVOJ HRANI

ANALIZA HRANE

Istraži školju kuhinju i školsku kantinu, te baci pogled na naše doručke...
Procijeni rezultate i utvrdi što bi se moglo poboljšati.

PLAN RADA

Temejem rezultate analize hrane utvrdi koje područje teme "Mi jedemo odgovorno" treba poboljšati.
Dogovori se što točno treba promijeniti.
Nacrtaj godišnji plan koji će nam pomoći da se približimo "Pravoj hrani".

OBAVJESIVANJE JAVNOSTI I UKLJUČIVANJE MEDIJA

Informiraj druge unutar i izvan škole o našem napretku u projektu "Mi jedemo odgovorno".
Nauči objasniti naše aktivnosti i postignuća, napiši članak, napravi oglednu ploču, poster i web-stranicu te informiraj preko društvenih mreža.
Organiziraj događaj na temu hrane za školske kolege, roditelje i javnost.
Surađivaj s roditeljima, javnošću, stručnjacima za hranu, poljoprivrednicima, kuharima, trgovcima...

PRAĆENJE STANJA I OCJENJIVANJE

Dogovori se kako bilježiti i procjenjivati tekuće postizanje ciljeva.
Kontinuirano nadziraj i procjenjivaj naše korake.

ODBOR EKO-ŠKOLE

Okupi prikladan tim koji će biti odgovoran za ovaj projekt i temu projekta (hrane).
Podijeli i definiraj uloge članovima tima.
Motiviraj školu za novu temu.

EKO-KODEKS

kodexa za odgovornu prehranu.
Dogovori se što je za nas važno kod teme o hrani te isto dodaj našem Eko-kodeksu.

RAD PREMA KURIKULUMU

Uključi temu hrane u kurikulum

Motivacijske priče

LEGENDA

- *Aktivnosti za dječje vrtiće*



- *Aktivnosti za osnovne škole*



- *Aktivnosti za srednje škole*



- *Aktivnosti za osnovne i srednje škole*



Odbor Eko-škole

- Okupiti prikladan tim koji će biti odgovoran za ovaj projekt i temu projekta (odgovorna prehrana)
- Podijeliti i definirati uloge članovima tima
- Motivirati školu za novu temu
- **Novi Eko-odbor?**
- **Prilagoditi postojeći odbor (pod-odbor)?**



Motivacijske aktivnosti

Dječji vrtići



Osnovne škole





Srednje škole


- *Što smatram odgovornom prehranom?*
- *Definicija*
- *Film*


<https://youtu.be/oUSaHaiTQ6o>


Podjela uloga


 **KUHAR – VOĐA TIMA** – voli organizirati stvari, voli raditi s ljudima, dobar je u obavljanju više poslova u isto vrijeme, ima prirodan autoritet, otvorena je osoba koja ne odbija druga mišljenja i ideje, može voditi sastanke i rasprave ...


 **DOBAVLJAČ – TRAZITELJ INFORMACIJA** – znatiželjan, komunikativan, brzo reagira, dobar u traženju kontakata i resursa, sposoban u primjeni pravih informacijama, sortiranju i odabiru onoga što je bitno za podijeliti s drugima...


 **MODERATOR – OBLIKOVATELJ TIMA** – društven, pozitivan, prijateljski nastrojen, ima sluha za potrebe drugih, maštovit, zna slušati...

 **ISTRAŽIVAČ – IZVOR IDEJA** – kreativan, maštovit, ne voli dosadu ili stereotipe, vidi različite načine na koje se stvari mogu raditi, ne detaljizira, više voli osmišljavati nove ideje nego ih realizirati do kraja, glava u oblacima ...

 **MENADŽER – RAZVRSTAVA IDEJE** – vidi stvari realno, razmatra mogućnosti – za i protiv, promatra stvari s različitih gledišta, praktičan pristup idejama, može ocijeniti što je izvedivo, čvrsto stoji na zemlji...

 **KRITIČAR – INFORMATOR** – zna slušati, voli čitati i pisati, ima sluha za potrebe drugih, može objektivno prosuđivati stvari s različitih strana, kreativan, aktivan i komunikativan...

 **FOTOGRAF – DOKUMENTARIST** – vizualno maštovit, ima osjećaj za uhvatiti pravi trenutak (kompoziciju) i za detalje, voli raditi s tehnologijom, strpljiv...

 **TAJNIK** – sistematičan, savjestan, odgovoran, pouzdan, pragmatičan, može izdvojiti važne informacije za zapisnik...



Iskaznice članova Eko tima



.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....




.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

Analiza Hrane

- Istražiti školsku kuhinju i školsku kantu, te baciti pogled na naše domove
- Procijeniti rezultate i utvrditi što bi se moglo poboljšati

- **Radni listovi:**

- Školska kuhinja
- Kućanstvo
- Školska kantina/automat

+ Evaluacijska tablica za svaku kategoriju



Iskoristiti samo ono što je primjenjivo za vašu ustanovu!!

Akcijski plan – Plan rada

- Temeljem rezultata analize hrane utvrditi koje područje teme “Mi jedemo odgovorno” treba poboljšati
 - Dogovoriti se što točno treba promijeniti
 - Načiniti godišnji plan koji će nam pomoći da se približimo odgovornoj prehrani
-
- Početna točka
 - Cilj
 - Plan aktivnosti
 - Realizacija aktivnost
 - Ocjena aktivnost
-
- **Prijedlog akcijskog plana poslati u Lijepu Našu do 25. studenog 2016.**



Praćenje stanja i ocjenjivanje

- Dogovoriti se kako bilježiti i procjenjivati tekuće postizanje ciljeva
- Kontinuirano nadzirati i procjenjivati naše korake i aktivnosti
- Ispraviti eventualne nedostatke
- Promjeniti strategiju ukoliko planirana ne funkcionira
- Ocjenjivanje početnog stanja i stanja nakon realizirane aktivnosti



Izvešće o realizaciji projekta "Mi jedemo odgovorno"					
Aktivnosti Eko-škola					
Zemlja	Hrvatska		Popunio (osoba)		
			Popunjeno (datum)		
EKO-ŠKOLA_INFO					
Naziv škole	Kontakt osoba	Kontakt osoba E-mail	Ukupan broj polaznika	Grad/Općina	Zemlja

PROJEKTNE AKTIVNOSTI													
Datum aktivnosti	Naziv aktivnosti	Vrsta aktivnosti	Opis aktivnosti	Oblik odgovorne prehrane koji je obrađen (tema)	Broj učenika koji su organizirali aktivnost	Broj učitelja koji su organizirali aktivnost	Broj roditelja koji su organizirali aktivnost	Broj učenika koji su sudjelovali u aktivnosti	Broj učitelja koji su sudjelovali u aktivnosti	Broj roditelja koji su sudjelovali u aktivnosti	Broj "ostalih" sudionika	Ukupan broj sudionika	Medijska popraćenost (broj objava u medijima)

Rokovi za dostavu popunjene monitoring tablice:

- 31. 10. 2016.
- 31. 01. 2017.
- 30. 04. 2017.
- 30. 07. 2017.

Rad prema nastavnom planu i programu (kurikulum)

- Uključiti temu odgovorne prehrane u kurikulum
- Pokušati razumjeti globalnu perspektivu odgovorne prehrane



Nastavne pripreme

- Prema priloženom obrascu
- Pripreme vezane uz 6 osnovnih tema projekta
- Svaka Eko-škola po jedna priprema po temi prilagođena dobnoj skupini učenika/polaznika
- Pripreme iz ostalih uključenih zemalja će biti prevedene i moći će ih se koristiti
- Piskat će se priručnik sa primjerima nastavnih priprema

Nastavni plan

Kako pripremiti lekciju:

Trajanje lekcije: 45 min (minimalno)

Potrebne aktivnosti :

1. EVOKACIJA ILI MOTIVACIJA na početku lekcije. Ove aktivnosti podsjećaju učenike na njihovo postojeće znanje o određenoj temi; učenici se prisjećaju te organiziraju i zapisuju ono što o temi znaju.
2. REALIZACIJA ZNAČENJA. Ove aktivnosti produbljuju znanje i vještine. Njihov zadatak je pobuditi učenikovo zanimanje za temu.
3. REFLEKSIJA. Učenici iznose svoje shvaćanje teme; razmišljaju o novo usvojenom znanju i postupcima kojima se znanje steklo.

Nastavni plan može sadržavati priloge kao što su radni listovi za učenike, prethodno pripremljeni tekstovi ili slikovni materijal itd.

Struktura nastavnog plana (primjeri su u kurzivu)

Naziv lekcije : Genetski modificirani organizmi (GMO)

Ciljevi : Opisati što će učenici naučiti, može biti jedan ili više ciljeva.

Učenici objašnjavaju kako GMO može utjecati na bioraznolikost.

Učenici daju argumente za i protiv GMO-a.

Učenici iznose osobne stavove prema GMO-u.

Dob učenika : 16-18 godina

Zadaci učenika tijekom nastave : kratak opis

Učenici raspravljaju o prethodno pripremljenim tvrdnjama o GMO-u. U malim grupama stvaraju mentalne mape s obilježjima i posljedicama GMO-a. Na kraju iznose svoje stavove o GMO-u.

Tabela sa strukturom nastavnog plana

	Aktivnost	Trajanje	Nastavna pomagala
E/M	<i>Tvrdnje o GMO-u</i>	<i>10 min.</i>	<i>Isprintane tvrdnje (prilog 1)</i>
R	<i>Mentalne mape i rad na tekstu</i>	<i>20 min.</i>	<i>5 tekstova za svaku grupu (prilog 2); A3 papir, bojice ili marker; primjer mentalne mape (prilog 3)</i>
R	<i>Vlastiti stavovi</i>	<i>15 min.</i>	<i>A4 papir, markeri</i>

Struktura nastavne pripreme/ za dječje vrtiće (primjer u kurzivu)

Naziv lekcije : Što je hrana i odakle dolazi?

Ciljevi: *Djeca će objasniti, što je hrana i zašto moramo jesti. Djeca će identificirati voće i povrće. Djeca će objasniti pojmove sastojak / sirovina i hrana te navesti primjere. Djeca će razlikovati sastojke, lokalnu hranu/ hrvatsku i stranu. Djeca će objasniti, zašto je bolje jesti domaću hranu, a ne uvezenu.*

Dob učenika:

Trajanje: 5 dana

Što će djeca učiniti tijekom lekcije: Kratak sažetak lekcije

Djeca će obnoviti svoje znanje i odvajati voće i povrće tijekom tjedna, te će saznati odakle hrana dolazi. Naučiti će što je lokalna hrana i zašto je bolje kupovati i jesti lokalno i sezonsko voće i povrće.

Tablica sa strukturom aktivnosti za svaki pojedini dan:

1. dan			
Cilj: <i>Djeca će objasniti što je hrana, zašto moramo jesti.</i>			
	Aktivnost	Trajanje	Nastavna pomagala
Izazov/Motivacija	<i>Volim/ne volim</i>	<i>15 minuta</i>	<i>Predmeti (koji kruže)</i>
Upoznavanje s temom i podizanje svijesti	<i>Priča (o dječaku koji jede kao konj) kao poticaj i centar aktivnosti</i>	<i>30 minuta + 30 minu minuta</i>	<i>Priča s pitanjima (prilog br. 1), pomagala u centru aktivnosti: škare, papir, ljepljivo, fotografije različite hrane, ...</i>
Rezultati i reakcije/aktivnosti djece	<i>Postavljanje fotografija hrane na oglasnu ploču</i>	<i>15 minuta</i>	<i>Fotografije hrane i nejestivih predmeta</i>

Opis aktivnosti:

Naziv aktivnosti: *Volim/ne volim*

Postavke aktivnosti: Djeca sjede u krugu, predmet kruži od djeteta do djeteta, a u trenutku dok drži predmet u rukama dijete odgovara na pitanja koja će ga potaknuti na razmišljanje (Što si danas doručkovao?, Što voliš jesti za ručak?, Ovo trebam jesti zato što...)

Naziv aktivnosti: *Čitanje priče o dječaku koji jede kao konj*

Postavke aktivnosti: Djeca slušaju priču i odgovaraju na pitanja povezana s pričom i hranom. Djeca se nakon čitanja priče odmiču od centralne aktivnosti i posvećuju se pripremljenoj instruiranoj aktivnosti koja je povezana s pričom koju su ranije čuli. Primjerice izdvajanje i lijepljenje fotografija hrane na oglasnu ploču.

Obavješćivanje medija i uključivanje javnosti



- Informirati druge unutar i izvan škole o našem napretku u projektu "Mi jedemo odgovorno"
- Naučiti objasniti naše aktivnosti i postignuća, napisati članak, napraviti oglasnu ploču, poster i web-stranicu te informirati preko društvenih mreža
- Organizirati događaj na temu hrane za školske kolege, roditelje i javnost
- Suradivati s roditeljima, javnošću, stručnjacima za hranu, poljoprivrednicima, kuharima, trgovcima
-

Eko-kodeks

Kodeks odgovorne prehrane

Dogovoriti se što je za nas važno kod teme o hrani te isto
dodati našem Eko kodeksu

**Skup pravila koja su učenici osmislili i koja će pokušati
slijediti, a koji služi kao primjer i inspiracija drugima**



Plan aktivnosti– 1. polugodište

24. listopada	Metodologija poslana na uvid koordinatorima u Eko-školama
10-18. listopada	Seminar za koordinate projektata „Mi jedemo odgovorno”
2 tjedna nakon seminara	Online evaluacijski upitnik bit će poslan koordinatorima
do 31. listopada	Formiranje Eko-odbora Prikupljanje podataka za Analizu hrane
Do 15. studenog	Analiza prikupljenih podataka
Do 25. studenog	Plan rada (akcijski plan) poslati u Lijepu našu Nakon primitka plana ULN uplaćuje sredstva za financiranje aktivnosti
Do kraja 1. polugodišta	Evaluacija za učenike – vježba (obrasce će dostaviti ULN)? Poslati kvartalno (monitoring tablica izvješće - 31. 10.(obrazac će dostaviti ULN) Posjet voditelja/koordinatora projektata? Sve aktivnosti ažurirati i poslati u ULN (javna promocija projektata, prezentacije, web stranica, publikacija, pano i sl.

Plan aktivnosti– 2. polugodište

Siječanj	Upoznavanje kolektiva i cijele Eko-škole s Akcijskim planom; započeti realizaciju akcijskog plana i uključiti lokalnu zajednicu
Siječanj-ožujak	Uključiti ostale nastavnike u realizaciju projekta (nastavne pripreme i ostale aktivnosti) Započeti izradu Eko-kodeksa
Tijekom polugodišta	Posjet voditelja/koordinatora projekta? Sve aktivnosti ažurirati i poslati u ULN (javna promocija projekta, prezentacije, web stranica, publikacija, pano i sl.
Sredina ožujka	Nastavne pripreme poslati u ULN?
Tijekom polugodišta	Poslati kvartalno izvješća (monitoring tablica); rokovi: 31. Siječanj 30. Travanj 30. Srpanj
Do kraja lipnja	Konačno izvješće o realizaciji projekta (uključujući financijsko i izvješće o vidljivosti – javna promocija)

Plan aktivnosti– 2. polugodište

Do kraja svibnja	Evaluacija za učenike i nastavnike – vježba (Obrasce će dostaviti ULN) Projektni dan
Do sredine lipnja	Posjet koordinatora Informacije o održanom FORUMU
Do kraja svibnja	Konačno izvješće (uključujući financijsko i izvješće o vidljivosti) (Obrasce će dostaviti ULN)

Suradnja s Lijepom Našom

- U svakom trenutku na usluzi
- Pomoć pri realizaciji
- Otvoren i prijateljski pristup

„Vidljivost“

- Web stranica:
www.eatresponsibly.eu
- Društvene mreže
 - Facebook profil



NAŠI CILJEVI





- **Obvezno isticanje znakovlja EU kao što je navedeno u metodologiji**

naš svijet

naše dostojanstvo

naša budućnost



2015

Europska godina
za razvoj