PROIECT EDUCATIONAL

„COMBATEREA RISIPEI ALIMENTARE”



COORDONATORI PROIECT:

Diriginte: Topolica Anda

ARGUMENT

Coordonatele actuale ale vietii cotidiene impun abordarea in școală alaturi de alte elemente de educatie, și probleme legate de educatia pentru calitatea mediului inconjurator. Astfel se evidentiaza prioritatea majora a noastra, a tuturor, de a cunoaste, proteja si conserva mediul de viata, conservarea naturii devenind eficienta si reala numai atunci cand aceasta va face parte integranta din filosofia si comportamentul nostru.

Aprofundand cunostintele copiilor si chiar si pe ale noastre, ale cadrelor didactice, si actionand cu mai multa înțelepciune, putem asigura pentru noi insine si pentru posteritate, conditii de viata mai bune intr-un mediu inconjurator mai bine adaptat la nevoile si aspiratiile umanitatii. Apararea si imbunatatirea mediului inconjurator, pentru generatiile prezente si viitoare au devenit un obiectiv primordial al oamenilor, o sarcină a carei realizare va trebui sa fie coordonata si armonizata cu realizarea obiectivelor fundamentale, stabilite deja, de pace si dezvoltare economica si sociala in intreaga lume.

Cu cat supra-solicitam mediul inconjurator prin obtinerea in mod excesiv de resurse, fie prin poluare/deversare de deseuri, cu atat acesta, nu va mai putea sustine nevoile noastre pe termen lung. De aceea protectia mediului, sub toate formele sale, de la mentinerea si extinderea spatiilor verzi la plantarea de arbori la colectarea separata și reciclarea deșeurilor, reducerea risipei alimentare este in sarcina noastra, a tuturor.

Alimentatia joaca un rol foarte important in mentinerea sanatatii de-a lungul intregii vieti. Cercetarile au evidentiat ca anumite dezechilibre nutritionale la varstele mici pot fi incriminate drept cauze ale intarzierilor de dezvoltare intelectuala a copiilor, ale afectiunilor metabolice si cardiovasculare la varsta de adult.

Educatia pentru o alimentatie sanatoasa este una dintre componentele educatiei pentru societate ce reprezinta o parghie importanta de actiune asupra dezvoltarii fizice si psihice optime a elevilor, starea de sanatate a acestora fiind o garantie a reusitei tuturor demersurilor educative intreprinse în școală.

Proiectul educational isi propune educarea copiilor in ideea reducerii risipei alimentare, dar si crearea unui mediu favorabil consumului alimentar sanatos si a mentinerii unei stari de nutritie optime

Proiectul isi propune organizarea de ateliere de lucru, dezbateri, activitati de realizare a unui meniu sanatos si hazliu, concursuri, activitati practice care sa asigure educarea copiilor pentru un stil de viata sanatos si pentru reducerea risipei alimentare.

SCOPUL

Constientizarea elevilor cu privire la importanta reducerii risipei alimentare, adoptarea unei alimentatii sanatoase, motivarea elevilor si a acadrelor didactice pentru formarea si dezvoltarea unei conduite ecologice pozitive prin abordarea interdisciplinara a activitatilor extracurriculare.

OBIECTIVE:

-formarea unor atitudini si comportamente responsabile fata de mediu;
-identificarea si indicarea risipei alimentare ca sursa de poluare a mediului;
-cunoasterea modalitatilor de colectare si reciclare selectiva a alimentelor;

-stimularea spiritului de echipa;
-perfectionarea activitatilor extracurriculare ca o extensie a demersului instructiv-educativ.

GRUP ŢINTĂ:
12 elevi ai clasei a VI-a

PARTICIPANTI: elevi, dirigintele clasei

DURATA PROIECTULUI: o saptamana

METODE DIDACTICE SI TEHNICI DE LUCRU: observatia, conversatia, explicatia, experimental demonstratia, exercitiul, problematizarea, descoperirea, invatarea prin cooperare, dezbaterea, lucrul in echipa, brainstorming-ul de grup, turul galeriei, vizionare filmulet educative, folosirea AI.

MODALITATI DE EVALUARE:
-fotografii din timpul proiectului, filmulete.

REZULTATE URMARITE:

-formarea unor atitudini pozitive, a unor aptitudini ecologice active si responsabile a copiilor;
-aprofunarea informatiilor acestui domeniu de ocrotire si respectare a naturii prin reducerea risipei alimentare, adoptarea unui stil de viata sanatos prin intermediul alimentatiei;
-socializarea participantilor prin actiunile comune pentru desfasurarea acestui program de formare a constiintei ecologice;
-constientizarea propriilor actiuni cu privier la protejarea mediului inconjurator;
-formarea de competente si atitudini positive fata de actiunile care afecteaza mediul si favorizeaza poluarea.

IMPACTUL IMPLEMENTARII PROIECTULUI:

Educatia pentru mediu ne priveste in egala masura pe toti, adulti sau copii, iar problema nu este noua, se pune tot mai acut, devenind obiect de studiu inca de la cea mai frageda varsta. Copiii trebuie sa inteleaga ca pe Pamant exista o interdependenta intre populatia umana, nenumaratele specii de plante si animale, intre societate si ciclurile biologice din natura, intre actiunile oamenilor si consecintele acestora asupra mediului si calitatii vietii.

Aceasta se poate face in cadrul unitatii scolare prin activitati de cunoastere a mediului, activitati practice, activitati de educatie pentru sanitate dar si prin activitati de extindere, activitati optionale sau extracurriculare, prin organizarea de concursuri si expozitii. De asemenea, ne dorim sa ii facem sa inteleaga ca oamenii trebuie sa se implice prin actiunile lor in pastrarea unui mediu curat pentru a ne bucura de tot ceea ce ne ofera planeta. Pentru ca aceste convingeri sa fie clare, am propus urmatoarele activitati:

-Misiunea ECO- “Cum reducem risipa alimentara?” - material informativ **https://www.youtube.com/watch?v=I4bQUa5R8Pc**
https://www.youtube.com/watch?v=MapedJHZ4i8
https://www.youtube.com/watch?v=fAuMVBoSV38
https://www.youtube.com/watch?v=6So8-SmZRMY

https://www.youtube.com/watch?v=m8Y0JEOUXUg ce este risipa alimentara

https://www.youtube.com/watch?v=i4GO8dq5QD8 idei pentru reducerea risipei alimentare

https://www.youtube.com/watch?v=AqE2fyGIV9g cum se face compostul

Idei de activități școlare pentru combaterea risipei alimentare

Iată câteva idei de activități educative și practice pe care le poți desfășura cu elevii în școală pentru a aborda tema risipei alimentare:

Activități de conștientizare și educație

- **Prezentări și discuții interactive:** Organizează sesiuni în care să le prezinți elevilor date și statistici despre risipa alimentară la nivel global și local. Discutați despre cauzele și consecințele acesteia (impactul asupra mediului, economic și social). Poți folosi imagini, videoclipuri scurte și chiar testimoniale.
- **Ziua "Fără Risipe Alimentare":** Stabilește o zi în care școala să se concentreze pe acest subiect. Elevii pot aduce de acasă gustări "reciclate" (făcute din resturi alimentare sau ingrediente pe cale să expire) și să le împărtășească, discutând despre creativitatea lor.
- **Verificarea alimentelor cu termen de expirare**
- **Realizarea de postere și campanii vizuale:** Elevii pot crea postere informative, benzi desenate sau chiar scurte animații pe tema risipei alimentare. Acestea pot fi expuse în școală pentru a atrage atenția și a educa întreaga comunitate școlară.
- **Folosirea AI pentru agasi solutii pentru combaterea risispei alimentare**.

Activități practice și proiecte

1. Atelier de Compostare și Grădinărit la Școală

- **Obiectiv:** Să învețe elevii ciclul nutrienților și cum pot transforma deșeurile organice în resurse.
- **Materiale necesare:** Un recipient de compost (sau posibilitatea de a construi unul), resturi organice (fructe, legume, zaț de cafea, frunze uscate), unelte de grădinărit, semințe/răsaduri (opțional).
- **Cum se desfășoară:**
    - **Introducere în compostare:** Explicați ce este compostul, de ce este benefic și ce se poate composta.

- **Construcția/Organizarea compostorului:** Implicați elevii în crearea sau amenajarea unui spațiu de compostare.
- **Colectarea și adăugarea materialelor:** Stabiliți un sistem de colectare a resturilor organice de la cantină (dacă există) sau de la pachețelele elevilor. Elevii se pot ocupa de adăugarea lor în compostor.
- **Grădinărit:** Folosiți compostul obținut pentru a cultiva plante într-o mică grădină școlară. Aceasta le arată elevilor valoarea alimentelor de la "sămânță la farfurie" și contribuie la reducerea risipei prin înțelegerea procesului de producție.

2. Realizarea de Etichete "Smart" pentru Alimente (Smart Food Labeling)

Obiectiv: Să îi învețe pe elevi despre diferența dintre "a se consuma de preferință înainte de" și "expiră la" și cum să interpreteze corect etichetele. Verificarea si gustarea unor alimente cu termen de expirare scurt

- **Materiale necesare:** Ambalaje de alimente goale cu diferite tipuri de etichete, carioci, hârtie, imagini cu fructe/legume la diferite stadii de maturitate.
- **Cum se desfășoară:**
  - **Discuție:** Explicați diferența dintre cele două tipuri de etichete și importanța evaluării senzoriale (miros, aspect) înainte de a arunca un aliment.
  - **Joc de rol/Activitate practică:** Aduceți diverse ambalaje goale. Elevii analizează etichetele și discută despre cum ar proceda cu produsul respectiv dacă ar fi aproape de data respectivă.
  - **Crearea de "ghiduri vizuale":** Elevii pot desena sau aduna imagini cu fructe și legume la diferite stadii (ex: o banană verde, coaptă, cu pete maro) și pot scrie sugestii despre cum pot fi consumate în fiecare stadiu (ex: verde - așteaptă, coaptă - mănâncă, cu pete - smoothie/chec).

3. "Cufărul cu comori" sau "Bufetul de schimb" (Food Swap/Sharing Station)

- **Obiectiv:** Să încurajeze împărțirea alimentelor în exces și să prevină aruncarea lor.
- **Materiale necesare:** O cutie/cufăr/masă special amenajată, etichete.
- **Cum se desfășoară:**
  - **Concept:** Explicați elevilor că pot aduce de acasă alimente în exces (ex: un fruct în plus, o gustare neconsumată, dar ambalată și în stare bună) pe care le pot lăsa în "cufărul cu comori". Alți elevi care simt nevoia sau doresc pot lua aceste alimente.

- **Reguli clare:** Stabiliți reguli stricte privind igiena și siguranța alimentară (ex: doar alimente ambalate individual, neperisabile, în termen de valabilitate).
- **Monitorizare:** Un elev sau un grup de elevi pot fi responsabili cu monitorizarea și întreținerea "cufărului".

Activități AI pentru Elevii de Clasa a VI-a despre Risipa Alimentară

1. Generarea de Rețete Anti-Risipă cu AI

- **Ce e de făcut:** Folosiți un instrument de generare de text bazat pe AI (cum ar fi ChatGPT sau Google Gemini) pentru a crea rețete din ingrediente "restante".
- **Cum se face:** Elevii aleg o listă de ingrediente comune care se găsesc adesea prin casă și care ar putea fi pe cale să expire (ex: două mere, jumătate de ceapă, pâine veche, puțin lapte). Ei introduc aceste ingrediente în AI și îi cer să genereze o rețetă simplă și gustoasă.
- **Discuție:** Cât de creative sunt rețetele generate? Sunt fezabile? Cum ne poate ajuta AI-ul să gătim mai inteligent și să reducem risipa?

2. Asistentul AI de Planificare a Mesei

- **Ce e de făcut:** Simulați crearea unui "asistent AI" care ajută familiile să planifice mesele pentru a minimiza risipa.
- **Cum se face:** Elevii lucrează în grupuri și definesc ce întrebări ar pune asistentul lor AI unei familii (ex: "Ce ingrediente aveți deja?", "Câte persoane sunt în familie?", "Ce vă place să mâncați?"). Apoi, ei pot folosi AI-ul (ChatGPT/Gemini) pentru a genera sugestii de meniuri și liste de cumpărături pe baza acestor "răspunsuri" simulate.
- **Discuție:** Ce alte informații ar avea nevoie un asistent AI pentru a fi cu adevărat util? Care sunt provocările în planificarea meselor pentru a evita risipa?

3. Crearea unei Campanii de Conștientizare cu AI

- **Ce e de făcut:** Folosiți AI pentru a genera idei de sloganuri, texte scurte pentru postere sau chiar imagini (dacă aveți acces la un generator de imagini AI) pentru o campanie de conștientizare despre risipa alimentară.
- **Cum se face:** Elevii pot cere AI-ului să genereze 5 sloganuri despre risipa alimentară, mesaje scurte pentru social media sau chiar să descrie o imagine care ar reprezenta conceptul de risipă și soluții.
- **Discuție:** Care dintre ideile generate de AI sunt cele mai eficiente? Cum am putea îmbunătăți mesajele create de AI? Ce rol ar putea juca AI-ul în promovarea unui stil de viață mai sustenabil?

Resurse Utile:

- **ChatGPT / Google Gemini:** Instrumente de generare de text cu care elevii pot interacționa pentru a obține rețete, idei și texte.

Partea a II-a

1. Analiza "Amprentei de Risipă" cu Ajutorul AI (Simulare de Date):

- **Obiectiv:** Elevii înțeleg cum pot fi colectate și analizate date despre risipa alimentară pentru a identifica tiparele.
- **Activitate:**
  - **Colectare "date":** Împărțiți elevii în grupuri. Fiecare grup își va "imagina" și va nota timp de o săptămână (sau 2-3 zile) ce alimente cred ei că se risipesc cel mai des acasă la ei (ex: coji de banane, pâine uscată, resturi de mâncare, legume ofilite). Nu trebuie să fie o colectare reală, ci o estimare.
  - **"Introducerea" datelor în AI:** Pe o foaie mare sau pe un tabel digital (ex: Google Sheets), elevii își pot nota estimările. Apoi, puteți simula "introducerea" acestor date într-un "sistem AI" (de fapt, voi, profesorul, le veți folosi pentru a genera o "analiză").
  - **"Analiza" AI:** Folosind un instrument AI (cum ar fi ChatGPT sau Gemini), introduceți "datele" agregate de la toate grupurile (ex: "Pe baza următoarelor date despre risipa alimentară săptămânală: X kg pâine, Y kg legume, Z kg fructe, W kg resturi de mâncare gătită, care sunt principalele categorii de alimente risipite și ce sugestii ai pentru reducerea risipei pentru fiecare categorie?").
  - **Discuție:** Discutați rezultatele "analizei AI". Sunt surprinși de ce se risipește cel mai mult? Cum ar putea o aplicație reală, care colectează date precise, să ajute familiile să-și gestioneze mai bine alimentele? Ce rol ar putea juca AI-ul în identificarea tendințelor la nivel de comunitate sau național?

2. Asistentul Vocal AI pentru Gătit Fără Risipă (Rol-Play și Brainstorming):

- **Obiectiv:** Elevii înțeleg cum AI-ul vocal ar putea fi un instrument util în bucătărie pentru a reduce risipa.
- **Activitate:**
  - **Scenariu:** Prezentați elevilor scenariul unui "asistent vocal inteligent" integrat într-o bucătărie, care poate oferi sfaturi pentru a reduce risipa.
  - **Brainstorming întrebări/comenzi:** Împărțiți elevii în grupuri și rugați-i să listeze întrebări sau comenzi pe care le-ar adresa acestui asistent vocal pentru a evita risipa (ex: "Ce pot găti cu două roșii ofilite și niște paste?", "Cât timp mai e bun iaurtul ăsta?", "Dă-mi o rețetă rapidă cu resturile de pui de ieri.", "Cum să depozitez legumele ca să nu se strice repede?").
  - **Simularea răspunsurilor AI:** Folosind ChatGPT sau Gemini, "jucați rolul" asistentului vocal. Citiți întrebările elevilor și introduceți-le în AI, apoi citiți răspunsurile generate.
  - **Discuție:** Cât de utile sunt răspunsurile AI? Ce ar mai trebui să știe asistentul pentru a fi mai eficient? Care sunt avantajele folosirii unui asistent vocal în prevenirea risipei alimentare?

3. Joc Interactiv: "Sortarea Inteligentă" cu AI (Simulare Vizuală):

- **Obiectiv:** Elevii învață despre importanța sortării corecte a alimentelor pentru compostare/reciclare versus aruncare și cum AI-ul ar putea automatiza acest proces.

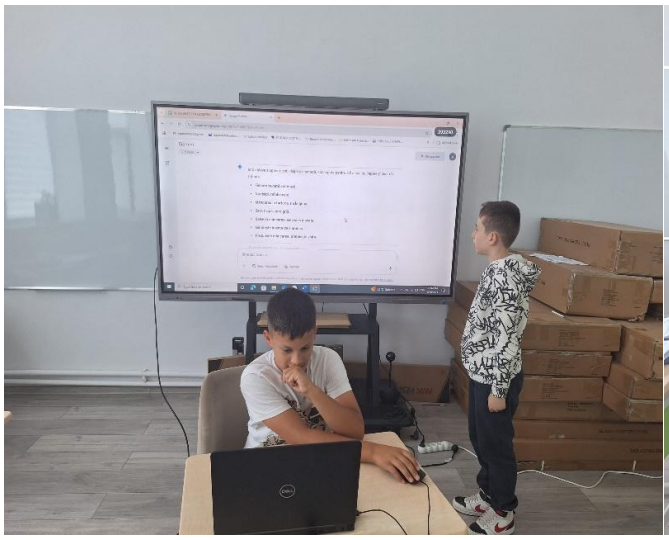
- **Activitate:**
    - **Crearea "obiectelor":** Pregătiți cartonașe cu imagini sau nume de diverse "resturi" alimentare și non-alimentare (ex: coji de portocală, ambalaj de plastic de la iaurt, os de pui, hârtie pătată cu ulei, sâmburi de cireașă, folie de aluminiu, carton de lapte).
    - **"Coșuri" de sortare:** Desenați sau etichetați trei coșuri mari pe tablă sau pe podea: "Compost/Biodegradabil", "Reciclabil" și "Gunoi General".
    - **"AI-ul" Decide:** Elevii iau pe rând un cartonaș. În loc să decidă ei unde să-l pună, introduc descrierea în AI (ChatGPT/Gemini) și îl roagă să spună în ce categorie ar trebui să fie sortat. (Ex: "În ce categorie de deșeuri ar trebui să arunc o coajă de banană?").
    - **Discuție:** De ce este importantă sortarea corectă? Cum ar putea un robot cu AI, echipat cu viziune computerizată, să facă această sortare la nivel industrial? Ce beneficii ar aduce acest lucru mediului?

4. Crearea de Infografice/Postere Digitale cu Mesaje Generate de AI:

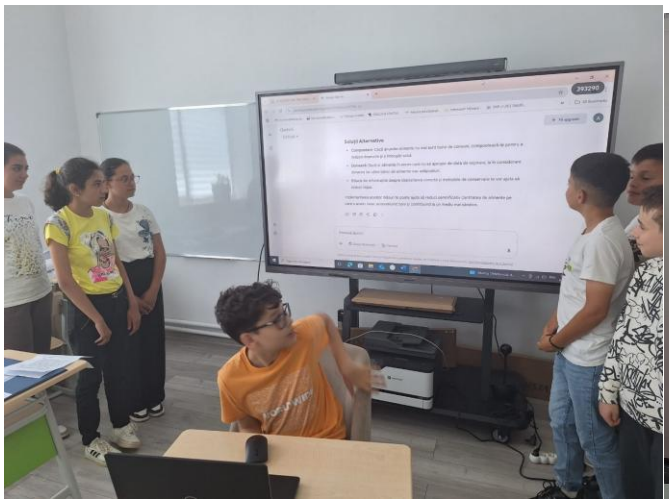
- **Obiectiv:** Elevii folosesc AI pentru a genera conținut convingător pentru campanii de conștientizare.
- **Activitate:**
    - **Generare mesaje:** Fiecare grup de elevi alege un aspect specific al risipei alimentare (ex: "risipa de pâine", "data de expirare vs. data de consum recomandat", "porțiile prea mari"). Ei folosesc AI (ChatGPT/Gemini) pentru a genera 3-5 mesaje scurte, de impact, sau sloganuri pe tema aleasă.
    - **Design infografic:** Elevii folosesc instrumente simple de design grafic online (cum ar fi Canva - versiunea gratuită sau o aplicație de desen, chiar și PowerPoint/Google Slides) pentru a crea un infografic sau un poster digital, încorporând mesajele generate de AI și adăugând imagini relevante (pot căuta imagini libere de drepturi de autor).
    - **Prezentare:** Elevii își prezintă posterele și explică de ce au ales acele mesaje și imagini, și cum cred că AI-ul i-a ajutat în proces.
    - **Discuție:** Cât de important este modul în care prezentăm informațiile? Cum poate AI-ul să ajute la crearea de materiale educaționale eficiente?

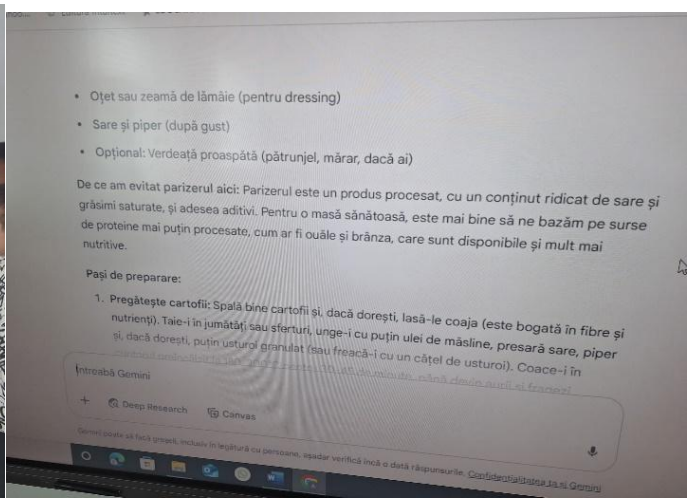
Considerații importante pentru toate activitățile:

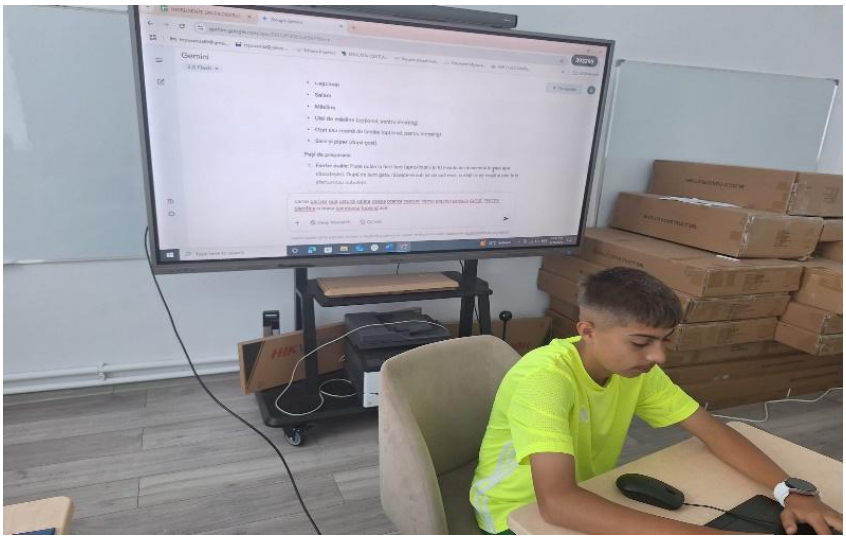
- **Supraveghere:** Asigură-te că elevii folosesc AI-ul în mod responsabil și etic.
- **Limba:** Având în vedere că sunt elevi de clasa a VI-a, încurajează-i să folosească un limbaj simplu și clar în interacțiunea cu AI-ul și să reformuleze întrebările dacă nu obțin răspunsurile dorite.
- **Explică limitările:** Este important să le explici elevilor că AI-ul este un instrument și că răspunsurile sale depind de datele cu care a fost antrenat. Nu este infailibil și nu înlocuiește gândirea critică și bunul simț.
- **Conectarea la lumea reală:** Subliniază mereu cum aceste concepte se aplică în viața de zi cu zi și cum pot face o diferență în reducerea risipei alimentare.

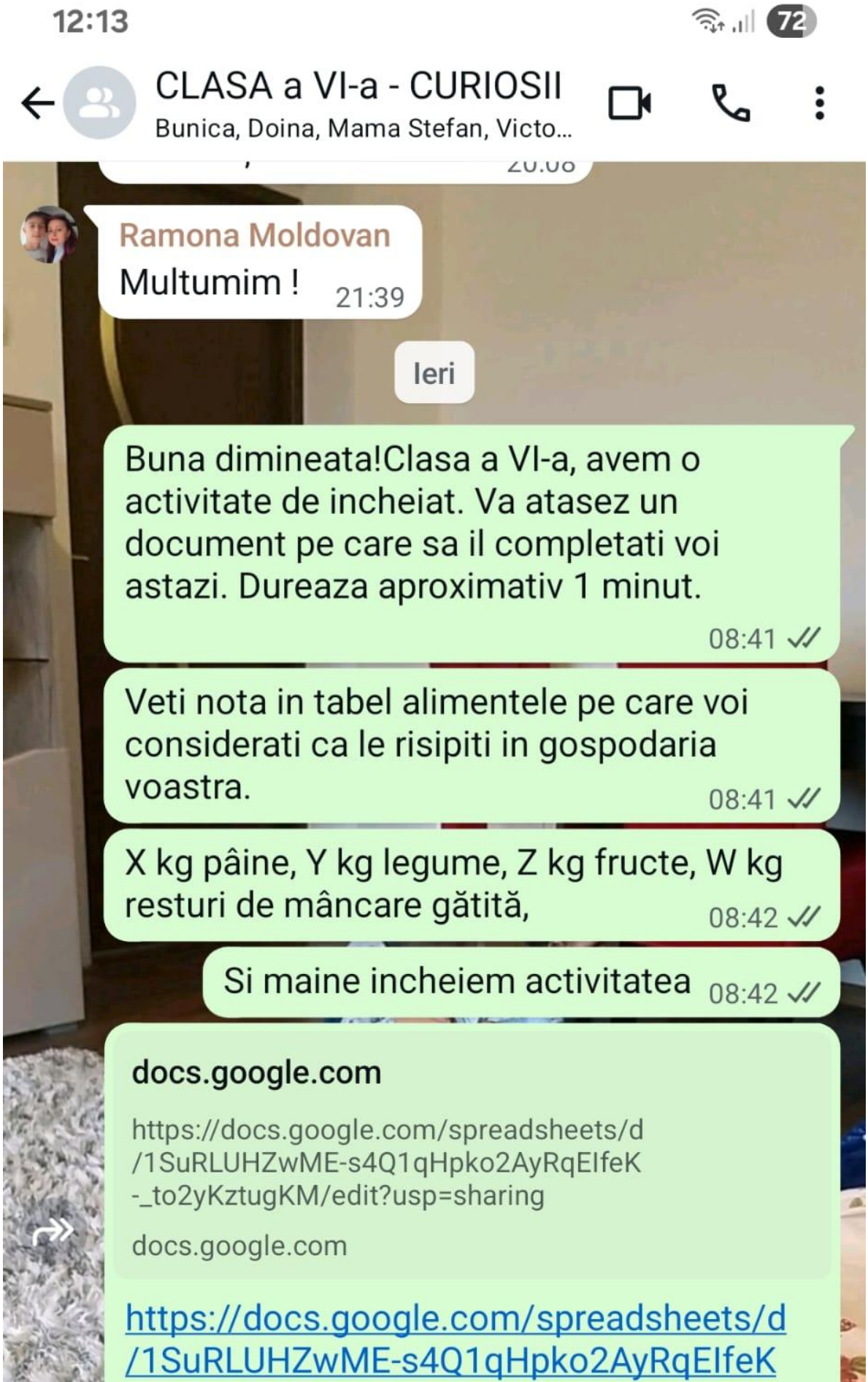







• Oțet sau zeamă de lămâie (pentru dressing)
• Sare și piper (după gust)
• Opțional: Verdeață proaspătă (pătrunjel, mărar, dacă ai)
De ce am evitat parizerul aici: Parizerul este un produs procesat, cu un conținut ridicat de sare și grăsimi saturate, și adesea aditivi. Pentru o masă sănătoasă, este mai bine să ne bazăm pe surse de proteine mai puțin procesate, cum ar fi ouăle și brânza, care sunt disponibile și mult mai nutritive.
Pași de preparare:
1. Pregătește cartofii: Spală bine cartofii și, dacă dorești, lasă-le coaja (este bogată în fibre și nutrienți). Taie-i în jumătăți sau sferturi, unge-i cu puțin ulei de măsline, presară sare, piper și, dacă dorești, puțin usturoi granulat (sau freacă-i cu un căței de usturoi). Coace-i în
Întreabă Gemini
Deep Research
Canvas


Gemini


12:13
72
CLASA a VI-a - CURIOSII
Bunica, Doina, Mama Stefan, Victo...
Ramona Moldovan
Multumim !
21:39
Ieri
Buna dimineata!Clasa a VI-a, avem o activitate de incheiat. Va atasez un document pe care sa il completati voi astazi. Dureaza aproximativ 1 minut.
08:41
Veti nota in tabel alimentele pe care voi considerati ca le risipiti in gospodaria voastra.
08:41
X kg pâine, Y kg legume, Z kg fructe, W kg resturi de mâncare gătită,
08:42
Si maine incheiem activitatea
08:42
docs.google.com
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1SuRLUHZwME-s4Q1qHpko2AyRqEIfeK-_to2yKztugKM/edit?usp=sharing
docs.google.com
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1SuRLUHZwME-s4Q1qHpko2AyRqEIfeK