



UGDYMO
PLĖTOTĖS
CENTRAS



Socialinės partnerystės programos „Valgyk protingai“ projekto aprašas

Pavadinimas	Ekologiškas maistas ir žmogaus sveikata
Santrauka / dalykai	Mityba, pasaulio pažinimas, sveika gyvensena, sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa
Tikslinė grupė	10-14 metų (5 – 8 klasės) amžiaus grupė
Mokymo(si) tikslai / ugdomos kompetencijos	<p>Renkant informaciją apie ekologišką maistą susipažinti su ekologiško maisto gamyba, atitikimu itin griežtiems ekologijos reikalavimams.</p> <p>Uždaviniai:</p> <p>Naudodamiesi įvairiais informacijos šaltiniais, suras informaciją apie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ekologišką ūkininkavimą, - neperdirbto ekologiško maisto svarbą - perdirbtą ekologišką maistą, - kaip atskirti ekologiškus produktus nuo įprastinių. <p>Sukauptą informaciją pristatys klasei.</p> <p>Aptarę kokius gamins patiekalus, jų gaminimo etapus, iš ekologiškų maisto produktų gamins patiekalus, patieks į stalą, degustuos, sutvarkys darbo vietą.</p>
Veiklų aprašymas	<p>Darbo grupių sudarymas.</p> <p>Supažindinimas su tema, tikslais ir uždaviniais.</p> <p>Užduočių paskirstymas.</p> <p>Grupių praktinis darbas.</p> <p>Apibendrinimas/ įsivertinimas</p>
Proceso eiga	<p>8 val. programa, analizuojanti kokybiško maisto svarbą žmogaus gyvenimui.</p> <p>Trukmė 1 val. „Ekologiškas maistas“</p> <p>Grupėms burtų keliu paskirstomos temos: ekologiškas ūkininkavimas; neperdirbtas ekologiškas maistas; perdirbtas ekologiškas maistas; kaip atskirti ekologiškus produktus nuo įprastinių.</p> <p>„Minčių lietaus“ metodu aptariamos informacijos paieškos.</p> <p>Metodai: „Minčių lietus“, savarankiškas darbas naudojant IKT , darbas grupėse, refleksija.</p> <p>Trukmė 1 val. „Ekologiškas ūkininkavimas“ 1 grupė pristato surinktą informaciją apie taikomas technologijas, pagrįstas augalų įvairove, sėjomainomis, natūralios kilmės mineralinių ir organinių trąšų naudojimu. Kitos grupės klauso pristatymo, jį argumentuotai vertina.</p> <p>Metodai: minčių žemėlapis, savarankiškas mokinių darbas naudojant IKT , darbas grupėse, refleksija.</p> <p>Trukmė 1 val. „Nepdirbtas ekologiškas maistas“ 2 grupė pristato surinktą informaciją apie nepdirbtų ekologiškų maisto produktų sveikatai palankius kriterijus. Kitos grupės klauso pristatymo, jį argumentuotai vertina</p> <p>Metodai: durstinys, savarankiškas mokinių darbas naudojant IKT , darbas grupėse, refleksija.</p> <p>Trukmė 1 val. „Perdirbtas ekologiškas maistas“ 3 grupė pristato surinktą informaciją apie reikalavimus, keliamus ekologiškai gamybai, apie perdirbto ekologiško ir įprastinio produkto skirtumus. Kitos grupės klauso pristatymo, jį argumentuotai vertina</p> <p>Metodai: minčių</p>

	<p>lietus, savarankiškas darbas naudojant IKT , darbas grupėse, refleksija.</p> <p>Trukmė 1 val. „Kaip atskirti ekologiškus produktus nuo įprastinių“ 4 grupė pristato surinktą informaciją apie ekologiškų produktų sertifikavimo ženklus, nustatytus Ekologinio žemės ūkio taisyklėse. Kitos grupės klauso pristatymo, jį argumentuotai vertina Metodai: minčių lietus, grupinis tyrimas, savarankiškas mokinių darbas naudojant IKT, darbas grupėse, refleksija.</p> <p>Trukmė 1 val. Programos apibendrinimas, patiekalų receptūros parinkimas ir aptarimas. Metodai pamokoje: minčių lietus, savarankiškas mokinių darbas naudojant IKT, darbas grupėse, refleksija.</p> <p>Trukmė 2 val. Praktinis darbas virtuvėje, ekologiškų patiekalų gaminimas ir degustavimas, darbo vietos sutvarkymas, praktinės veiklos vertinimas ir įsivertinimas. Metodai: konsultavimas, praktinis darbas, pristatymas ir aptarimas.</p>
Vertinimas	<p>Programoje taikytas formuojamasis vertinimas, nuolatinis mokymosi proceso vertinimas, įsivertinimo metodas „šviesoforas“, grupių pristatymo vertinimas (grupės, pildydamos grupių vertinimo lentelę, argumentuotai vertino vieni kitų pristatymus).</p>
Ugdymo procese naudota medžiaga ir IKT įrankiai / programos	<p>Programoje informacijos ieškojimui naudoti plančėtiniai kompiuteriai. Pamokose mokymuisi naudotos knygos:</p> <p>G. Azguridienė. Alternatyvos. Ekologiškas maistas Šarūnas Laužadžis. Sveika mityba ir ekologiškas maistas. L. Glebavičiūtė, I. Ivenkovė V. Rimkuvienė, J. Zykutė. Gyvenk eko(logiškai)“</p> <p>Nuorodos internete: https://www.15min.lt/maistas/naujiena/virtuve/ka-slepia-uzrasas-ekologiski-produktai-1044-469306?copied https://www.delfi.lt/1000receptu/naujienos/mitybos-eksperte-ar-tikrai-ekologiskas-maistas-yra-sveikesnis.d?id=70512298 https://www.delfi.lt/1000receptu/naujienos/mitybos-eksperte-ar-tikrai-ekologiskas-maistas-yra-sveikesnis.d?id=70512298 https://www.delfi.lt/1000receptu/naujienos/mitybos-eksperte-ar-tikrai-ekologiskas-maistas-yra-sveikesnis.d?id=70512298</p> <p>Užduočių ir vertinimo lapai: Priedas Nr. 1 Priedas Nr. 2 Priedas Nr.3 (pavyzdys)</p>
Laikas (trukmė) ir mokymo(si) aplinka	<p>Programos trukmė- 8 val.</p>
Išvados	<p>Išanalizavus ekologiško produkto bei ekologiško ūkio sampratas, jų raidą bei plėtros prielaidas, programos dalyviai padarė išvadą, jog ekologiškas produktas nuo paprasto produkto skiriasi tuo, kad jis yra ekologiškai švarus. Ekologiškai ūkininkaujant, laikantis griežtų ekologijos reikalavimų, galima išauginti ne tik visiškai saugų, bet ir naudingą žmogaus organizmui produktą.</p>
Ryšiams	<p>Rokiškio Juozo Tūbelio progimnazija, Jaunųjų ūkininkų ratelis EKO-VITA</p>

Ekologiškas maistas ir žmogaus sveikata

I grupė

Ekologiškas ūkininkavimas

1. Kokias žinote ekologiško ūkininkavimo produktų kategorijas?
2. Kokioje aplinkoje auginami ekologiški maisto produktai?
3. Kokios technologijos taikomos ekologiškai ūkininkaujant?
4. Ekologiškai ūkininkaujant kokių negalima naudoti trąšų?

II grupė

Neperdirbtas ekologiškas maistas

1. Kokius reikalavimus turi atitikti neperdirbto ekologiško maisto produktai ?
2. Kokios cheminės medžiagos draudžiamos naudoti auginant ekologiškus maisto produktus?
3. Kokie natūralūs metodai naudojami auginant neperdirbtus ekologiškus maisto produktus?
4. Ar gali būti neperdirbtuose ekologiško maisto produktuose genetiškai modifikuotų organizmų?

III grupė

Perdirbtas ekologiškas maistas

1. Kiek procentų ekologiškos žaliavos perdirbtame ekologiškame maiste privalo būti pagal Europos sąjungos ir nacionalinius teisės aktus?
2. Ar yra kontroliuojamas rafinuoto cukraus, riebalų, rafinuotų grūdų kiekis ekologiškų produktų gamyboje ?
3. Ar rafinuotas cukrus, riebalai, rafinuoti grūdai gali būti naudojami ekologiškų produktų gamyboje tik ekologiški?
4. Ar visada rastume perdirbto ekologiško ir įprastinio produkto skirtumus, jei vertintume sudedamųjų dalių sąrašą?

IV grupė

Kaip atskirti ekologiškus produktus nuo įprastinių

1. Kas išduoda ekologiškumą įrodančius sertifikatus ?
2. Kas turi būti nurodyta ekologiško gaminio etiketėje?
3. Ar gaminant ekologiškus maisto produktus reikia naudoti įrangos plovimui „ekologiškas“ valymo ir plovimo priemonės, tiesa, ar tinka visos valymo, plovimo ir dezinfekavimo priemonės, kurios leidžiamos naudoti maisto pramonėje?
4. Kokia įstaiga Lietuvoje tikrina ir sertifikuoja ūkius, perdirbimo ir realizavimo įmones, viešojo maitinimo įmones, gaminančias ekologiškus produktus?

Ekologiškas maistas ir žmogaus sveikata
GRUPIŲ DARBO PRISTATYMO VERTINIMO LENTELĖ

Kriterijai ir galimi taškai	Skiriami taškai ir komentarai	1 grupė	2 grupė	3 grupė	4 grupė
Ar pristatymas buvo aiškus klausytojams? <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">1~5</div>	<i>Kiek taškų?</i>				
	<i>Kodėl tiek?</i>				
Ar pristatymas buvo įdomus klausytojams? <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">1~5</div>	<i>Kiek taškų?</i>				
	<i>Kodėl tiek?</i>				
Ar pristatymas praplėtė klausytojų akiratį? <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">1~5</div>	<i>Kiek taškų?</i>				
	<i>Kodėl tiek?</i>				
Ar pranešėjai atskleidė esminę idėją? <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">1~5</div>	<i>Kiek taškų?</i>				
	<i>Kodėl tiek?</i>				
Iš viso	<i>Kiek taškų?</i>				
	<i>Apibendrinimas, išvados</i>				

Vertinimo pavyzdys

Kriterijai ir galimi taškai	Skiriami taškai ir komentarai	1 grupė	2 grupė	3 grupė	4 grupė
Ar pristatymas buvo aiškus klausytojams? <input type="text" value="1~5"/>	<i>Kiek taškų?</i>	5	5	5	5
	<i>Kodėl tiek?</i>	Pristatymas buvo aiškus	Pristatymas buvo aiškus	Pristatymas buvo aiškus	Pristatymas buvo aiškus
Ar pristatymas buvo įdomus klausytojams? <input type="text" value="1~5"/>	<i>Kiek taškų?</i>	5	3	5	5
	<i>Kodėl tiek?</i>	Taip. Pristatyme dalyvavo visi grupės nariai.	Dalis grupės dalyvių buvo neaktyvūs	Išsradingai pateikta informacija.	Išsradingai pateikta informacija.
Ar pristatymas praplėtė klausytojų akiratį? <input type="text" value="1~5"/>	<i>Kiek taškų?</i>	5	5	5	5
	<i>Kodėl tiek?</i>	Taip	Taip	Taip	Taip
Ar pranešėjai atskleidė esminę idėją? <input type="text" value="1~5"/>	<i>Kiek taškų?</i>	5	5	5	5
	<i>Kodėl tiek?</i>	Supažindino su ekologišku ūkininkavimu.	Taip	Taip	Taip
Iš viso	<i>Kiek taškų?</i>	20	18	20	20
	<i>Apibendrinimas, išvados</i>	Ekologiškai ūkininkaujant, laikantis griežtų ekologijos reikalavimų, galima išauginti ne tik visiškai saugų, bet naudingą žmogaus organizmui produktą.	Neperdirbti ekologiški maisto produktai – vienas iš sveikatai palankių kriterijų, nes juos auginant nenaudojamos sintetinės cheminės medžiagos.	Perdirbtas ekologiškas maistas ne visada skiriasi nuo įprastinio produkto.	Atpažinti ekologišką prekę pagal sertifikuotus logotipus, kuriais žymimos visos ekologiškos prekės. Juos išduoda nuo gamintojų ir pirkėjų nepriklausomos įstaigos.