

Scenarij učenja na Europeani

Naslov

Zdrave slastice

Autor

Marina Majdenić

Sažetak

Od samog početka 20. stoljeća, prehrana se smatrala ključnom za dobrobit kao i tjelesna aktivnost (vježbanje), a hrana se smatrala ključem za dobro zdravlje. Dok su se stručnjaci općenito složili da bi glavna prehrambena smjernica trebala biti 'umjerenost u svemu', tijekom stoljeća radikalniji pristupi rezultirali su širokim izborom dijeta.

Ovaj scenarij učenja u području prehrane i zdravog načina življenja, ima za cilj istražiti hranu i prehranu 20. stoljeća koja je ključna za zdravlje, kao i tjelesnu aktivnost kao dobrobit zdravlja.

Kroz praktičan zadatak, učenici će uz pomoć nastavnika moći izraditi dvije jednostavne zdrave slastice, te će uz degustaciju objasniti korištenje zdravih sastojaka, kao što su med i tamna čokolada, te će spoznati da zamjenom sastojaka u desertu od nezdrave slastice dobijemo zdravu. Spoznat će dobrobiti zdravih, prirodnih sladila, te će ih nekoliko moći razlikovati (brezin šećer, kokosov šećer, stevija, te ostali).

Ključne riječi

Hrana, zdravlje, zdrave slastice, dobrobiti, prirodna sladila

Tablica sažetka

Tablica sažetka

| | |
|-------------------------|---|
| Predmet | Ovaj scenarij učenja može se koristiti za obogaćivanje kurikulumu Poznavanja robe i prehrane, Slastičarstva, građanskog odgoja i društvenih znanosti. |
| Tema | Hrana kroz 20. stoljeće, dobro zdravlje (dobrobit), te tjelesna aktivnost, kao dobrobit zdravlja Zdrave slastice - Zdrave energetske pločice - Zdravi medeni gumeni bomboni |
| Dob učenika | 14-18 |
| Vrijeme pripreme | 2 školska sata (90 minuta) |



| | |
|--------------------------------|--|
| Vrijeme nastave | 5 školskih sati (225 minuta) |
| Internetski nastavni materijal | https://wke.lt/w/s/zw539S https://wke.lt/w/s/4O HTN https://wke.lt/w/s/kkcBAG https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2018/06/Brosura-SREDNJA-SKOLA.pdf https://www.canva.com/design/DAEw7xe KA0/3FGonaZR4ILlr-UIJKes-w/view?utm_content=DAEw7xe KA0&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton https://www.canva.com/design/DAEtRZfgeyw/tJD29sahRsSUVsVKhAZy1A/watch?utm_content=DAEtRZfgeyw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton https://sites.google.com/view/mojeslastice/zdrave-slastice https://www.canva.com/design/DAE XJwbPuQ/IX4 rD7GNX-XF NDx3OMOg/watch?utm_content=DAE XJwbPuQ&utm_campaign=share_your_design&utm_medium=link&utm_source=shareyourdesignpanel |
| Izvanmrežni nastavni materijal | Računalo, Internet, digitalni alati za izradu i prezentaciju teme Namirnice biljnog i životinjskog porijekla koje su potrebne za izradu zdravih energetskih pločica i zdravih medenih gumenih bombona Alat, termički i rashladni uređaji |
| Korišteni resursi Europeane | https://www.europeana.eu/hr/blog/elixirs-tonics-diets-and-cornflakes-peddling-health-during-the-20th-century https://www.europeana.eu/hr/blog/the-wellness-revolution-body-culture https://www.europeana.eu/hr/item/9200579/z6a3hwgb https://www.europeana.eu/en/exhibitions/edible-plants-from-the-americas/cacao |

Licence

Attribution CC BY (Imenovanje CC BY). Ovom licencom dopušta se drugima da distribuiraju, remiksiraju, mijenjaju i prerađuju vaše djelo, čak i u komercijalne svrhe, dokle god vas navode kao autora izvornog djela. Ovo je najotvorenija od ponuđenih licenci. Preporuča se za maksimalnu diseminaciju i korištenje licenciranih materijala.

Integracija u kurikulum

Ovaj scenarij učenja odgovara temi Zdrava prehrana. Može se integrirati u predmet Slastičarstvo, te Poznavanje robe i prehrana.

Uklapa se u međupredmetne teme:

ZDRAVLJE:

A.5.2.Opisuje i primjenjuje zdrave stilove života koji podrazumijevaju pravilnu prehranu i odgovarajuću tjelesnu aktivnost.

B.5.1.A Procjenjuje važnost razvijanja i unaprjeđivanja komunikacijskih vještina i njihove primjene u svakodnevnome životu.

Zdr A.4.3. Objašnjava utjecaj pravilne osobne higijene i higijene okoline na očuvanje zdravlja

OSOBNI RAZVOJ:

osr B.5.2.Suradnički uči i radi u timu.

osr A.5.3.Razvija svoje potencijale.

ODRŽIVI RAZVOJ:

odr A.5.1. Kritički promišlja o povezanosti vlastitoga načina života s utjecajem na okoliš i ljude

UČITI KAKO UČITI

uku A.4/5.3. 3. Kreativno mišljenje Učenik kreativno djeluje u različitim područjima učenja.

uku A.4/5.4. 4. Kritičko mišljenje Učenik samostalno kritički promišlja i vrednuje ideje.

PODUZETNIŠTVO:

pod C.5.1. Sudjeluje u projektu ili proizvodnji od ideje do realizacije (nadovezuje se i uključuje elemente očekivanja iz 3. i 4. ciklusa).

UPOTREBA IKT:

ikt A.5.2.Učenik se samostalno služi društvenim mrežama i računalnim oblacima za potrebe učenja i osobnoga razvoja.

ikt C.5.4.Učenik samostalno i odgovorno upravlja prikupljenim informacijama.

Cilj lekcije

- Upoznati se s Hranom kroz 20. Stoljeće, prehrana koja se smatrala ključnom za dobro zdravlje (dobrobit) , te tjelesna aktivnost, kao dobrobit zdravlja.
- Stjecanje osnovnih znanja, usvajanje navika i vještina koje će omogućiti samostalnu izradu i pripremu točno zadanih zdravih slastica
- Primijeniti urednost radne i osobne higijene
- Stjecanje osnove profesionalnog obrazovanja na temelju kojeg je moguć daljnji osobni razvoj u struci
- Spoznavanje radnih, zakonskih, ekonomskih, političkih i socijalnih odnosa.
- Promocija i poduzetništvo
- Korištenje mreža u osobne i promotivne svrhe

Ishod lekcije

- Upoznati s prehranom koja se smatrala ključnom za dobro zdravlje u prošlosti
- Razmišljat će o tome kako hrana utječe na (njihov)vlastiti život.
- objasniti korištenje zdravih sastojaka, kao što su med i tamna čokolada,

- Spoznati da zamjenom sastojaka u desertu od nezdrave slastice dobijemo zdravu.
- Spoznat će dobrobiti zdravih, prirodnih sladila
- Moći razlikovati neke prirodne šećere(brezin šećer, kokosov šećer, stevija)
- Demonstrirati način izrade zdravih slastica
- Koristiti sredstva za mjerenje (vaga, menzura)
- Služiti se mjernim jedinicama
- Primijeniti higijenu kako osobnu tako i radnu.
- Koristiti digitalne alate za promociju (Google sites i Canva), promocija

Trendovi

- Projektno učenje: učenici dobivaju zadatke temeljene na činjenicama, probleme koje treba riješiti i rade u grupama.
- Suradničko učenje: snažan fokus na grupni rad.
- Nastava slastičarstva se organizira kroz 7 nastavnih sati kao jedan radni dan, zato sam aktivnosti prilagodila kroz jedan uvodni sat u kojem učenike uvodim u temu/nastavnu jedinicu, a preostalih 5 školskih sati učenici se dijele na skupine, te izrađuju praktičan zadatak, uz vodstvo i mentoriranje. Učenike sam podijelila na 2 skupine. Na početku su učenici raspoređeni tako da dvije skupine izrađuju praktične zadatke, te po jedan učenik iz svake skupine fotografira postupak pripreme, izrade, te konačnog proizvoda. Fotografije same izrade slastica koriste kako bi na kraju izradili sadržaj, te cijela skupina zajedno surađuje i izrađuje sadržaj na našoj razrednoj web stranici. Tako su naučili izraditi slastice, surađuju i sugeriraju kako će se nastavni sadržaj predstaviti, koji će se materijali koristiti. Samim time učenici su znanja temeljena na svom vlastitom iskustvu podijelili s drugima. Učenici ulaze u sferu poduzetništva, te promocije sebe kao učenika, svoj rad kao slastičara. Promocija zanimanja je vrlo važna na mrežama.

Ključne kompetencije

Digitalna kompetencija - sudionici raspravljaju o etičkoj komunikaciji u internetskom okruženju.

Osobna, socijalna kompetencija i kompetencija učenja kako učiti - sudionici izražavaju vlastito mišljenje o zdravoj prehrani, te uče prihvatiti mišljenje drugih. Sudionici međusobno surađuju kako bi osmislili aktivnost na društvenim medijima. Učenici trebaju surađivati u dizajniranju i izradi sadržaja

Kompetencija poduzetništva – sudionici planiraju i potencijalno provode aktivnosti na društvenim medijima s ciljem podizanja svijesti o zdravom načinu života, kao i o tjelesnoj aktivnosti, kao dobrobiti zdravlja . Uče učinkovito međusobno komunicirati, smišljaju ideje za aktivnosti te razmišljaju kako najbolje doći do svoje publike.

Komunikacijske kompetencije- učenici, sudionici trebaju izraziti svoja mišljenja o zdravlju i prehrani, poštujući druga mišljenja i stavove, pri čemu trebaju voditi brigu o kulturi i pristojnosti ophođenja prema drugim osobama , biti učinkoviti.

Aktivnosti

| Naziv aktivnosti | Postupak | Vrijeme |
|---------------------------------------|--|-------------|
| Oluja ideja | <p>Učenici će biti podijeljeni u 3 male skupine, po pet učenika u svakoj skupini i postaviti će im se pitanja:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.skupina: Što za vas znače zdrave slastice? 2.skupina: Možete li nabrojati neke prirodne zaslađivače? 3. skupina: Nabrojite nekoliko namirnica za koje mislite da su zdravije od drugih. <p>Svaka će skupina odlučiti o svojim odgovorima, te ih zabilježiti u prethodno pripremljenu tablicu. Skupina će zapisati svojih 5 najčešćih odgovora.</p> <p>Dogovoriti će se međusobno o svojim ključnim riječima, će ih zapisati kao oblak riječi. Kad se učenici dogovore o svojim ključnim riječima, svaki predstavnik svoje skupine će stati ispred svih skupina, te će zapisati svojom bojom na ploču. Nakon toga će učenici međusobno argumentirati svoje odgovore.</p> | 15' |
| Razmišljanje | <p>Nastavnik će potaknuti njihovo znanje o slasticama kroz povijest, kako su se one izrađivale prije, kad nismo imali današnje tehnologije, kako su se otkrivala razne tehnike izrade, kako su se počele koristiti zamjenske namirnice u svrhu izrada slastica koje mogu konzumirati osobe s npr: intolerancijom na gluten, te dijabetičari. Kako se razvijalo zdravo slastičarstvo. Prikazat će im se 2 kratka videozapisa s YouTube o zdravim slasticama, te ih uvesti kratko u posebne režime prehrane (dijabetes, keto/lchf, veganstvo, vegetarijanstvo, makrobiotika).</p> | 30' |
| Istraživanje | <p>Nastavnik postavlja pitanje "Kako možete vizualno predstaviti različite faze pripreme materijala i kako ćete najbolje predstaviti svoj uradak?" Predstavlja se projekt izrade videomaterijala u www.canva.com, prenošenje fotografija, te uređivanje internetske stranice na kojoj će se predstaviti izrađene slastice. Svaka će skupina raditi na točno određenoj zdravoj slastici. Pregledavajući www.europeana.eu/en i internetske resurse bilježe relevantne činjenice koje mogu iskoristiti za učenje dodatnih sadržaja koji su vezani uz temu. Svi prikupljeni materijali (slike, fotografije i ispisi) bit će usmeno dogovoreni, te će učenici kroz suradničko učenje doći do krajnjeg cilja.</p> | 30' |
| Izrada slastica | <p>Nastavnik će podijeliti učenike na 2 skupine, podijeliti namirnice i recepture. Objasniti će faze pripreme i učenici će početi izrađivati svoje slastice uz pomoć i mentoriranje nastavnika. Na početku su učenici raspoređeni tako da dvije skupine izrađuju praktične zadatke, te po jedan učenik iz svake skupine fotografira postupak pripreme, izrade, te konačnog proizvoda pripremljenog i serviranog za degustaciju, svakom učeniku.</p> | 150' |
| Izrada materijala (za razrednu | <p>Fotografije same izrade slastica, učenici uz pomoć nastavnika koriste, kako bi na kraju izradili sadržaj, te cijela skupina zajedno surađuje i izrađuje sadržaj na razrednoj https://sites.google.com/view/mojestlastice/zdrave-slastice</p> | 45' |

| Naziv aktivnosti | Postupak | Vrijeme |
|----------------------|--|------------|
| web stranicu) | web stranici. Učenici međusobno surađuju i sugeriraju kako će se nastavni sadržaj predstaviti, te koji će se materijali koristiti. Samim time učenici su znanja temeljena na svom vlastitom iskustvu dijele s drugima. Učenici su koristili besplatne alate: https://sites.google.com i https://www.canva.com | |
| Diseminacija | <p>Nakon izrade svih sadržaja, organizira se predstavljanje rezultata. Izabire se učenik koji će predstaviti izražene sadržaje na stranici. Svi sadržaji prikazuju se drugim učenicima. Učenici ulaze u sferu poduzetništva, te promocije sebe kao učenika, te svoj rad kao slastičara. Promocija zanimanja je vrlo važna na mrežama.</p> <p>Na kraju učenici sudjeluju u degustaciji. Pripremljene izlazne kartice podijele se degustatorima, te oni vrednuju radionicu pod nazivom "Izrada zdravih slastica" i uspješnost predstavljenih materijala.</p> | 45' |

Procjena

Učenike će se ocjenjivati za:

- prepoznavanje i imenovanje nekih od zdravih namirnica, sladila i slastica
- prepoznavanje i imenovanje nekih režima prehrane (za dijabetičare, za vegane, za celijakiju, keto, lchf)
- suradnju u postupku izrade materijala i kartica;
- izražavanje mišljenja i ideja

PRIMJERI VREDNOVANJA

Vrednovanje učenika vršit će se metodom procjene organoleptičkih svojstava (okus, izgled, miris).

- Na osnovu osnovnih organoleptičkih osobina proizvoda učenik objašnjava promjene na namirnicama koje nastaju tijekom određenih tehnoloških postupaka. Uzima određene namirnice i uz primjenu određenog postupka bilježi promjene.
- Na osnovu prikazanih namirnica svrstava ih u pripadajuću skupinu ili podskupinu i navodi organoleptička svojstva svake od njih.
- Povezati organoleptičke osobine sa proizvodom i objasniti na koji način se proizvodi mogu razlikovati.
- Učenici će odabrati i koristiti pravilne metode i smjernice pri izradi slastica alternativnih načina prehrane.
- Uz demonstriranje i vođenje nastavnika, priprema određenu slasticu za vegetarijance, vegane, makrobiotičare ili osobe koji primjenjuju sirovu prehranu, te za svaku opisuje najznačajnije karakteristike i specifičnosti.

Vrednovanje se može provesti kroz razgovor, te učenik odgovara na neka pitanja.

Primjer:

1. Ako u narudžbi slastica za određeni događaj imaš navedene osobe sa dijabetesom, intolerancijom na laktozu i gluten o čemu moraš povesti računa tijekom izrade slastica?
 2. Objasni posebne oblike prehrane.
- Demonstrirati izradu različitih složenih slastica od različitih vrsta tijesta i za svaki element slastice koristiti pravilne tehnološke postupke. Nakon izrade opisati organoleptička svojstva slastice.
 - Za suradnju u postupku izrade materijala i kartica, učenik će koristiti digitalne alate (besplatne) i to: Canva, Google disc, Google sites, te ostale google alate. Učenici će koristiti Google pretraživače za pronalazak sadržaja, te će surađivati u Wakelet digitalnom alatu.

Povratne informacije učenika

Tijekom predstavljanja, mnogi su učenici izrazili usmeno svoj interes za aktivnost, nekoliko ih je izjavilo da nisu bili upućeni da slastičarstvo ulazi u sferu zdrave prehrane. Nekoliko učenika je željelo isprobati još neke zdrave slastice, a veliki broj nije „mogao vjerovati“ da zdravo može biti vrlo ukusno, te su priznali da su na početku bili skeptični, te su promijenili način razmišljanja .A sada, nakon provedene aktivnosti žele još bolje upoznati i druge režime prehrane. Učenici žele naučeno pokušati primijeniti i u svom domu.

Nakon početnog razmišljanja uz izraz **“Fuj, to je zdravo”**, dobili smo **sasvim suprotan efekt** uz zadovoljna nepca i zadovoljno “mljackanje i mrmljanje” mmmm.... **Naš cilj je itekako postignut.**

ZDRAVO JE ITEKAKO FINO! 😊

Primjedbe nastavnika

Praktičnom provedbom (kroz praktični zadatak i korištenjem digitalnih alata), učenicima se pružila izvrsna prilika da unaprijede svoje digitalne kompetencije. Posebno su bili oduševljeni korištenjem Google sites i Canve kao alata i pokazali su izuzetan interes i entuzijazam za temu Zdrave slastice. To sam mogla vidjeti kroz prezentaciju praktičnog uratka. Učenici su pokazali vještine upravljanja i vođenja svoje grupe kroz praktičnu primjenu. Učenici koji su izradili slastice su se na početku osjećali pomalo “izgubljeno” jer su trebali predstaviti ostalim učenicima da je zdravo itekako fino, a znamo i svjesni smo da krajnji potrošači (i djeca i odrasli) ne žele probati nešto novo, neku zdraviju slasticu, jer je njima vrhunac kupiti sladoled u slastičarnici ili kolač, a ne razmišljaju da ima mnogo osoba s nekom vrstom intolerancije, te da oni ne mogu ući u slastičarnu i pojesti bilo koju vrstu slastice. Važno je svoja znanja koristiti i potrošačima znati i predstaviti svoj proizvod. Iz iskustva znam da je malo objekata koji se mogu pohvaliti svojim slasticama za široke skupine ljudi. Ljudi su u zabludi kad misle da su kolači i slastice samo šećer i margarin, što nije istina, nego nema prave promocije proizvoda. Zdrave slastice ne moraju biti niti skupe da bi bile posebne i kvalitetne. Korištenjem kvalitetnih sastojaka prvenstveno želimo podići razinu slastičarstva kao takvog. Zato sam sretna što smo moji učenici i ja barem malo promijenili razmišljanje drugih. Mi smo počeli od mladih ljudi, koji će, vjerujem, početi mijenjati svoje prehrambene navike. Na mladima svijet ostaje, zar ne?

Moram priznati da mi je provedba scenarija spajanjem praktičnog zadatka i korištenjem više digitalnih alata putem internet, također mnogo značila, osobno i profesionalno, pogotovo zato što sam i ja uz moje učenike mogla dodatno razvijati svoje organizacijske i digitalne, te promocijske vještine.

O projektu Europeana DSI-4

[Europeana](#) je europska digitalna platforma za kulturnu baštinu, koja pruža besplatni internetski pristup preko 53 milijuna digitaliziranih predmeta iz europskih muzeja, arhiva, knjižnica i galerija. Projektom Europeana DSI-4 nastavlja se rad prijašnjih triju infrastruktura digitalnih usluga (DSI) Europeane. To je četvrta iteracija s dokazanim postignućima u stvaranju pristupa, međuoperabilnosti, vidljivosti i korištenja europske kulturne baštine u pet navedenih ciljnih tržišta: europski građani, obrazovanje, istraživanje, kreativne industrije i institucije kulturne baštine.

[European Schoolnet](#) (EUN) je mreža 32 europska ministarstva obrazovanja, sa sjedištem u Bruxellesu. Kao neprofitna organizacija, EUN nastoji uvoditi inovacije u poučavanju i učenju svojim ključnim dionicima: ministarstvima obrazovanja, školama, nastavnicima, istraživačima i poslovnim partnerima. Zadatak je European Schoolneta u projektu Europeana DSI-4 nastaviti i proširiti obrazovnu zajednicu Europeane .

Prilog

<https://sites.google.com/view/mojeslastice/zdrave-slastice>

https://www.canva.com/design/DAE_XJwbPuQ/IX4_rD7GNX-XF_NDx3OMOG/watch?utm_content=DAE_XJwbPuQ&utm_campaign=share_your_design&utm_medium=link&utm_source=shareyourdesignpanel

