



AKADEMIA DOBREGO ŻYCIA

SCENARIUSZ SPOTKANIA NR 3

Informacje uzupełniające :

- długość spotkania / dnia szkoleniowego w wersji stacjonarnej (w sali szkoleniowej) = 6 godzin lekcyjnych (45min) + godzina zegarowa przewidziana na przerwy (30 min przerwa na obiad, + 30 min na przerwy kawowe/ techniczne)
- długość spotkania / dnia szkoleniowego w wersji terenowej:
 - wizyta w sklepie= 8 godzin lekcyjnych (45min) + 30 min przerwa na obiad
 - spotkanie z Kucharzami = 8 godzin lekcyjnych (45min) . Lunch + przerwa kawowa jest częścią spotkania.
- Początek zajęć – godzina 10.00

Temat zajęć

Reklama i rozumienie informacji

Cel zajęć

Celem zajęć jest przygotowanie słuchaczy do selekcjonowania i pozyskiwania informacji, w szczególności zaś do rozumienia różnego typu komunikatów (w tym reklamowych). Dzięki zajęciom słuchacze dowiedzą się w jaki sposób weryfikować różnego typu informacji oraz będą potrafili oznaczyć te informacje, które określamy mianem fake newsów.

Obszary	Cele szczegółowe	Efekty kształcenia
Edukacja cyfrowa	<ul style="list-style-type: none"> • Uczestnicy dowiedzą się w jaki sposób weryfikować prawdziwość informacji zawartych w sieci. Poznają sposoby odróżniania informacji prawdziwych od tzw. Fake newsów. 	
Edukacja żywieniowa (rozumienie i przetwarzanie informacji)	<ul style="list-style-type: none"> • Wykształcenie postawy krytycznej w stosunku do informacji umieszczonych na pakowaniach produktów spożywczych. • Słuchacze zapoznają się różnymi typami informacji reklamowych także na opakowaniach produktów żywnościowych, która może wprowadzać w błąd konsumenta. Nauczą się w jaki sposób można weryfikować te informacje. 	
Kompetencje społeczne	<ul style="list-style-type: none"> • Podtrzymywanie procesu grupowego - aktywności związane z budowaniem grupy, integracją, poczuciem bezpieczeństwa i komfortem uczestników • Aktualizacja / potwierdzenie zasad pracy grupy i uczestników w projekcie – kontrakt (zasady, rytuały, reguły, potrzeby) • Informacje organizacyjne 	

Plan zajęć / warsztatów

POWITANIE

Czas : 15 minut

Opis:

Moduł rozpoczyna rundka powitalna podczas której prowadzący opiekun psychologiczny dopytuje uczestników „z czym przyszli na zajęcia danego dnia”, jak oceniają swoje samopoczucie, jakie mają nastawienie, itp.

Sprawdza i dopytuje o ich potrzeby, klaryfikuje potrzebę uzupełnienia kontraktu, życzy dobrego i owocnego dnia.

Zasoby, z których korzystamy (*infografika, materiał video, artykuł, karty edukacyjne, aplikacje, inne pomoce dydaktyczne*)

Mazaki

Kartki do notowania

Długopisy

Flipchart

Część merytoryczna

1. Omówienie pracy domowej, którą uczestnicy mieli do wykonania po poprzednich zajęciach

Metoda: dyskusja

Czas:15min

Opis:

Uczestnicy będą dzielić się wrażeniami po realizacji pracy domowej - zarówno po stronie cyfrowej, jak i dietetycznej (praca domowa: omówienie “potwora” - wysłanie mailem informacji o zawartości cukru, soli I tłuszczu w wybranym produkcie, który uczestnicy posiadają w domu)

2. Dyskusja nt. pozyskiwania rzetelnych informacji

Metoda Pogadanka/dyskusja

Czas : 30 minut



Opis: Podczas dyskusji prowadzący/a wraz z uczestnikami poszukiwać będą odpowiedzi na następujące pytania:

- w jaki sposób człowiek przyswaja informacje,
- według jakich kryteriów oceniać wiarygodność źródeł informacji,
- jakie są zasady pozyskiwania wiarygodnych informacji,
- gdzie szukać wiarygodnych informacji.

Zasoby, z których korzystamy: Prezentacja, infografiki.

3. Prawda czy fałsz?

Metoda: Ćwiczenie „Prawda czy fałsz”

Czas: 60 minut

Opis: Uczestnicy zostaną dobrani w pary. Każda para otrzyma przygotowany wcześniej zestaw informacji oraz instrukcję dot. poszukiwania rzetelnych informacji. Zadaniem uczestników będzie weryfikacja prawdziwości przekazanych im też na podstawie danych znalezionych w sieci. Wykorzystają w tym ćwiczeniu wiedzę dotyczącą korzystania z rzetelnych źródeł informacji. Przykładowe tezy do weryfikacji: „Czy ziemniaki są tuczące?”; „Czy można łączyć pomidora z ogórkiem?”; „Ostatni posiłek należy zjeść najpóźniej o godzinie 18:00” itd. Po wykonaniu ćwiczenia poszczególne grupy prezentują rezultaty swojej pracy.

Zasoby, z których korzystamy: Prezentacja, wydrukowana instrukcja, komputer z dostępem do Internetu.

4. Opakowania produktów spożywczych w Internecie – ćwiczenia z dietetykiem

Metoda: Ćwiczenia komputerowe, wyszukiwanie produktów w Internecie, dyskusja

Czas: 30 minut

Opis: Wykorzystanie wyszukiwarek internetowych do znalezienia opakowań produktów spożywczych i sprawdzenia ich składów. Prezentacja przykładowych stron, które prezentują składy i wartości odżywcze produktów. Analiza wybranych grup produktów, dyskusja.

5. Sesja zdjęciowa uczestników

Czas: 30 minut

Opis: Uczestnicy zapoznają do zdjęć, do których rekwizytami będą ich ulubione warzywa. Zdjęcia będą mogły zostać wykorzystane do profilowego na Facebooku.

Przerwa na lunch 13:00-13:45

Zasoby, z których korzystamy:

Komputer z dostępem do Internetu



PRACA DOMOWA:

Manipulacje producenckie na przykładzie opakowań produktów spożywczych.

Uczestnicy mają za zadanie zapoznać się z przesłanymi na ich adres mailowy plikiem opisującym różnego rodzaju wątpliwości związane z informacjami umieszczanymi na opakowaniach produktów spożywczych. Są to przykłady manipulacji lub wykorzystania łatwowierności konsumenta głównie na podstawie różnych opakowań masła. Uczestnicy mają zapoznać się z treścią dokumentu - otworzyć plik w mailu lub ściągnąć go na pulpit swojego komputera. Uczestnicy mają również sprawdzić czy posiadają produkty w swoim domu, których komunikaty zawarte na opakowaniach budzą ich wątpliwość. Zadanie ma skłonić do refleksji na temat dlaczego warto być uważnym w sklepie i nie robić zakupów "na pamięć" sugerując się tylko wyglądem opakowań.

RUNDA ZAMKNIĘCIA DNIA, PODSUMOWANIE

Czas : 20 minut

Opis:

Po zakończeniu części merytorycznej, prowadzący (opiekun psychologiczny), zgodnie z uzgodnionym planem, rozpoczyna rundę zamknięcia spotkania.

Rozpoczyna rundkę końcową, zbierając od każdego z uczestników krótkie informacje zwrotne o tym "z czym wychodzą ze spotkania" (w obszarze kompetencji cyfrowych oraz żywieniowych). Każdy z uczestników dzieli się na forum grupy swoimi przemyśleniami (według struktury zamodelowanej przez trenera i w ustalonym ograniczonym czasie). Informacje zwrotne są życzliwie komentowane (klaryfikacja).

Spotkanie zamyka przekazanie przez trenera w formie skrótowej informacji o tym co czeka uczestników na kolejnym spotkaniu oraz przypomnienie o ew. wyzwaniu do opracowania indywidualnego w domu.