

Ders Planı



2023-1-SK01-KA220-SCH-00015112

Başlık	Beslenme ve Dijital Eğitim	
Blok Başlığı	Akıllı Beslenme: Dijital Eğitimle Gıda ve Teknolojiyi Keşfetmek	
Yaş kategorisi	Süre (dk)	Ders saati sayısı
8-15	180 dk	3
Öğrenci odaklı eğitim hedefleri (içerik ve performans standartları) Ders planının amacı, öğrencilerin Beslenme ve Teknolojinin Kesişim Noktasını anlamalarını ve dijital araçların ve çevrimiçi platformların beslenmeyi anlama ve yönetme biçimimizi nasıl dönüştürdüğünü öğrenmelerini sağlamaktır. Bir diğer amaç ise öğrencilerin beslenme kavramlarını, gıda seçimlerini ve beslenme sağlığını analiz edebilmelerini sağlamaktır. Öğrenciler, sağlıklı beslenmeyi ve beslenme eğitimini destekleyen çözümler tasarlamak için teknolojiyi yaratıcı bir şekilde uygulayacaklardır.		
Didaktik materyaller ve didaktik teknikler internet erişimi 3D Oyun Ortamı		
Referanslar/Kaynaklar (videolar, metodolojiler)		
Motivasyonel aşama Bu aşamada, öğrencilere beslenme kavramı ve dijital araçların gıda ve sağlık anlayışımızı nasıl geliştirebileceği tanıtılmalıdır. Bu amaçla, Sanal Dünya, öğrencilerin oturum açıp hızlı bir tur atabilecekleri, çeşitli dünya mutfaklarını, sanal marketleri ve yemek hazırlama ortamlarını temsil eden farklı dijital ortamları		

keşfedebilecekleri şekilde hazırlanabilir. Öğrenciler bu sanal ortamlarda yönlendirilecek ve farklı yiyecek türlerini, sağlıklı yemek hazırlama yöntemlerini ve dijital araçların (kalori sayaçları veya beslenme uygulamaları gibi) günlük beslenme kararlarına nasıl dahil edildiğini gözlemlmeleri istenecektir.

Son olarak, her öğrenci tanıdığı yiyecekler hakkında kısa bir deneme (en az bir sayfa) hazırlayabilir ve teknolojinin yiyecekler hakkında öğrenme ve diyet seçimleri yapma şeklimizi nasıl değiştirdiğini yanıtlamaya çalışabilir.

Keşif aşaması

Süre (dk): 60 dk

Bu aşamada, öğrenciler beslenmeyle ilgili zorlukları keşfedecek ve teknolojinin bu zorlukları nasıl çözebileceğini keşfedecekler. Öğrenciler, sanal araçlar kullanarak kişiselleştirilmiş bir dijital yemek planlayıcısı oluşturmalarıdır. Planlayıcı, beslenme ihtiyaçlarını ve dengeyi göz önünde bulundurarak sağlıklı beslenmeyi teşvik etmelidir.

Öğrenciler, 3 boyutlu sanal dünyayı veya çevrimiçi bir simülasyonu kullanarak, kullanıcıların daha sağlıklı beslenme seçimleri yapmalarına yardımcı olacak etkileşimli bir yemek planlayıcısı tasarlayacaklar. Günlük yemek önerileri, tarif önerileri ve hatta kalori takibi gibi özellikler ekleyebilirler. Temel olarak, besin piramidi, dengeli beslenme, kalori alımı ve farklı yaş ve yaşam tarzları için beslenme ihtiyaçlarının nasıl karşılanacağı gibi beslenme kavramlarını dikkate almalılar. Farklı yemek seçimlerinin zaman içinde sağlık sonuçlarını nasıl etkilediğini simüle edebilirler. Son olarak, öğrenciler dijital yemek planlayıcılarının sağlıklı beslenmeyi nasıl desteklediğini ve teknolojinin beslenme üzerinde nasıl olumlu bir etki yaratabileceğini düşünmeli ve kısa bir deneme (en az bir sayfa) yazmalıdır.

Bu aşamada STEAM ile ilgili bazı kavramları dahil etmek önemlidir. Örneğin, Matematik, yemek planlayıcısında kalori sayımı ve besin oranları gibi hesaplamalar için kullanılırken, Fen Bilimleri dersi farklı besin gruplarının, beslenmenin ve vücudun besinleri nasıl kullandığının sunumuyla işlenir.

Fiksasyon fazı (pekiştirme ve derinleşme)

Süre (dk): 90dk

Bu Aşamada, öğrenciler beslenme ve teknoloji konusundaki anlayışlarını gerçek dünyadaki bir sorunu çözmek için kullanmalıdır. Öğrenciler, beslenmeyle ilgili belirli bir sorunu ele alan bir uygulamanın veya sanal aracın dijital prototipini geliştireceklerdir.

Öğrenciler kendi fikirlerini üretmekte özgürdürler, ancak yardımcı olması için birkaç senaryo örnek olarak sunulabilir. Örneğin:

Çocuklara eğlenceli, etkileşimli aktiviteler ve oyunlar aracılığıyla sağlıklı beslenme konusunda eğitim veren sanal bir koç veya uygulama tasarlayın. Koç, günlük yemek önerileri sunabilir ve dengeli seçimler yapanlara ödüller sunarak sağlıklı beslenmeyi oyunlaştırabilir.

Ailelerin beslenme tercihlerine (örneğin vejetaryen, glütensiz vb.) göre alışveriş listeleri planlamalarına yardımcı olacak dijital bir araç oluşturun. Uygulama, daha sağlıklı alternatifler önerebilir ve zaman içinde besin alımını takip edebilir.

Kullanıcıların, yemek planlayarak ve akıllıca yiyecek seçimleri yaparak sanal bir ailenin beslenmesini yönetmesi gereken bir simülasyon oyunu tasarlayın. Oyun, sanal aile üyelerinin beslenme alışkanlıklarına göre sağlıkları hakkında geri bildirim sağlayacaktır.

Öğrenciler gruplara ayrılabilir ve her biri okullarda sağlıklı beslenmeyi teşvik etmek veya evde gıda israfını azaltmak gibi bir beslenme sorunu seçip dijital araçların bu sorunu çözmeye nasıl yardımcı olabileceğini belirleyebilir. Potansiyel özellikler üzerine beyin fırtınası yapabilir ve seçtikleri sorunu ele alan bir dijital uygulama, oyun veya sanal koç tasarlayabilirler. 3B sanal bir dünya veya simülasyon platformu kullanarak ekipler bir prototip oluşturabilir. Örneğin, kullanıcıların dengeli öğünler hazırlamak için yiyecekleri sürükleyip bırakabilecekleri sanal bir mutfak veya kullanıcıların sağlıklı beslenme seçimlerini yönlendirebilecekleri bir oyun oluşturabilirler. Her ekip sınıfta bir sunum yapmalı ve geri bildirim almalıdır.

Son olarak her ekip, aşağıdaki soruların yanıtlarını da içeren çalışmaları hakkında bir rapor hazırlamalıdır:

Hangi spesifik beslenme sorununu ele alıyorsunuz (örneğin, kötü yemek planlaması, dengeli beslenme konusunda eğitim eksikliği)?

Teknoloji bu beslenme sorununu nasıl çözebilir veya iyileştirebilir?

Dijital beslenme çözümünüz nasıl olacak ve nasıl çalışacak?

Prototipiniz sorunu etkili bir şekilde ele alıyor mu? Kullanıcıları nasıl etkileyecek?

Geri bildirimlere dayanarak dijital aracınızı geliştirmek için hangi değişiklikleri yapabilirsiniz?

Öğrenci Değerlendirmesi

Her aşamadan sonra değerlendirme yapılacaktır. İlk iki aşamada öğrenciler anketlerine göre değerlendirilecektir. Üçüncü aşamada ise değerlendirme, uygulanan prototip, sunum ve nihai rapor arasında eşit olarak paylaşılacaktır.

Ekler:

Bu proje, Avrupa Komisyonu'nun desteğiyle yürütülmüştür. Avrupa Komisyonu'nun bu yayının hazırlanmasına verdiği destek, yalnızca yazarların görüşlerini yansıtan içeriğin onaylandığı anlamına gelmez ve Ajans ve Ulusal Komisyon, burada yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanılmasından sorumlu tutulamaz.