

Plan de lecție



2023-1-SK01-KA220-SCH-00015112

Subiect	Nutriție și Educație Digitală	
Titlu bloc	Nutriție inteligentă: Explorarea alimentelor și tehnologiei prin intermediul tehnologiei digitale Educa ie	
Categorie de vârstă	Durată (min) 180 de minute	Numărul de ore de predare
8-15		
3 Obiective educaționale orientate către elev (standarde de conținut și performanță) Scopul planului de lecție este ca elevii să înțeleagă intersecția dintre nutriție și tehnologie și să învețe cum instrumentele digitale și platformele online transformă modul în care înțelegem și gestionăm nutriția. Un alt obiectiv este ca elevii să fie capabili să analizeze conceptele nutriționale, alegerile alimentare și sănătatea alimentară. Elevii vor aplica în mod creativ tehnologia pentru a proiecta soluții care promovează oalimentație sănătoasă și educația nutrițională.		
Materiale didactice și tehnici didactice ● acces la internet ● Mediu de joc 3D		
Referințe/Surse (videoclipuri, metodologii)		
Faza motivațională În această fază, elevilor ar trebui să li se prezinte conceptul de nutriție și modul în care instrumentele digitale ne pot îmbunătăți înțelegerea alimentelor și a sănătății. În acest scop, Lumea Virtuală poate fi pregătită astfel încât elevii să se poată conecta și să facă un tur rapid, explorând diferite medii digitale reprezentând diverse bucătării globale, magazine alimentare virtuale și medii de preparare aalimentelor. Elevii vor fi ghidați prin aceste medii virtuale și rugați să observe diferite tipuri de alimente, preparate sănătoase pentru mese și modul în care instrumentele digitale (cum ar fi contoarele de calorii sau aplicațiile de nutriție) sunt încorporate în deciziile alimentare zilnice. În final, fiecare elev poate pregăti un scurt eseu (cel puțin o pagină) despre alimentele pe care le-a recunoscut și poate încerca să răspundă la întrebarea cum schimbă tehnologia modul în care învățăm despre alimente și facem alegeri alimentare.		
Faza exploratorie Durată (min): 60 min În această fază, elevii vor explora provocările legate de nutriție și vor descoperi cum tehnologia poate ajuta la abordarea acestora. Elevii ar trebui să creeze un planificator digital de mese personalizat folosind instrumente virtuale. Planificatorul ar trebui să promoveze o alimentație sănătoasă, ținând cont de nevoile alimentare și de echilibru. Folosind lumea virtuală 3D sau o simulare online, studenții vor proiecta un planificator de mese interactiv care să ajute utilizatorii să facă alegeri alimentare mai sănătoase. Aceștia pot adăuga funcții precum sugestii zilnice de mese, recomandări de rețete sau chiar un dispozitiv de urmărire a calorilor. În esență, ar trebui să ia în considerare concepte nutriționale, cum ar fi piramida alimentară, dietele echilibrate, aportul caloric și modul de satisfacere a nevoilor alimentare.		

pentru diferite vârste și stiluri de viață. Pot simula modul în care diferite alegeri alimentare afectează rezultatele sănătății în timp. La final, elevii ar trebui să reflecteze asupra modului în care planificatorul lor digital de mese promovează o alimentație sănătoasă și asupra modului în care tehnologia poate avea un impact pozitiv asupra nutriției și să scrie un scurt eseu (cel puțin o pagină).

În această fază este important să se includă câteva concepte legate de STEAM. De exemplu, matematica este utilizată pentru calcule precum numărarea caloriilor și raporturile nutrienților în planificatorul de mese, iar știința este acoperită prin prezentarea diferitelor grupe alimentare, a nutriției și a modului în care organismul utilizează nutrienții. Faza de fixare (consolidare și aprofundare).

Durată (min): 90 min

În această fază, studenții ar trebui să își aplice cunoștințele despre nutriție și tehnologie pentru a rezolva o problemă din lumea reală. Studenții vor dezvolta un prototip digital al unei aplicații sau instrument virtual care abordează o problemă specifică legată de nutriție.

Elevii ar trebui să fie liberi să vină cu propriile idei, dar pot fi oferite câteva scenarii ca exemple pentru a ajuta. De exemplu:

- Proiectați un antrenor virtual sau o aplicație pentru copii care să îi educe în privința alimentației sănătoase prin activități și jocuri distractive și interactive. Antrenorul ar putea oferi sugestii zilnice de mese și ar putea transforma alimentația sănătoasă într-o gamificare, cu recompense pentru alegeri echilibrate.
- Creați un instrument digital care să ajute familiile să își planifice listele de cumpărături pe baza preferințelor lor alimentare (de exemplu, vegetarian, fără gluten etc.). Aplicația ar putea recomanda alternative mai sănătoase și ar putea urmări aportul nutrițional în timp.
- Proiectați un joc de simulare în care utilizatorii trebuie să gestioneze nutriția unei familii virtuale prin planificarea meselor și alegerea inteligentă a alimentelor. Jocul ar oferi feedback cu privire la sănătatea membrilor familiei virtuale pe baza dietei lor.
-

Elevii pot fi împărțiți în grupuri, iar fiecare dintre ei va alege o provocare nutrițională, cum ar fi promovarea unei alimentații sănătoase în școli sau reducerea risipei alimentare acasă, și va determina cum pot ajuta instrumentele digitale la rezolvarea acesteia. Aceștia pot face brainstorming cu privire la potențialele caracteristici și pot proiecta o aplicație digitală, un joc sau un antrenor virtual care să abordeze problema aleasă. Folosind o lume virtuală 3D sau o platformă de simulare, echipele vor construi un prototip. De exemplu, ar putea crea o bucătărie virtuală în care utilizatorii pot glisa și plasa alimente pentru a construi mese echilibrate sau un joc în care utilizatorii navighează prin alegerile alimentare pentru sănătate. Fiecare echipă ar trebui să facă o prezentare în sala de clasă și să colecteze feedback.

În final, fiecare echipă ar trebui să pregătească un raport despre munca sa, incluzând, printre altele, răspunsuri la următoarele întrebări:

- Ce problemă specifică de nutriție abordați (de exemplu, planificarea deficitară a meselor, lipsa educației privind dietele echilibrate)?
- Cum poate tehnologia să rezolve sau să îmbunătățească această problemă nutrițională?
- Cum va arăta soluția ta digitală de nutriție și cum va funcționa?
- Prototipul tău abordează eficient problema? Cum va atrage utilizatorii?
- Pe baza feedback-ului primit, ce schimbări puteți face pentru a vă îmbunătăți instrumentul digital?

Evaluarea studenților

Evaluarea va avea loc după fiecare fază. În primele două faze, studenții vor fi evaluați pe baza chestionarelor. Pentru a treia fază, evaluarea va fi împărțită în mod egal între prototipul implementat, prezentare și raportul final.

Anexe:

Acest proiect a fost implementat cu sprijinul Comisiei Europene. Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Agenția și Comisia Națională nu pot fi trase la răspundere pentru nicio utilizare care ar putea fi făcută informațiilor conținute în aceasta.