

**Green Game**

**Materiały psycho-edukacyjne do zajęć w klasie promujące proekologiczną zmianę zachowania**

**Green Game: Podręcznik dla nauczyciela**

Działania Green Game koncentrują się na założeniu, że indywidualne decyzje w życiu codziennym mogą mieć pozytywny lub negatywny wpływ na środowisko. Szczególnie, jeśli dana osoba uczy się, zobowiązuje i angażuje się w zachowania przyjazne dla środowiska od najmłodszych lat. Zwiększa to możliwość stania się świadomą ekologicznie osobą dorosłą zgodnie ze zrównoważonym stylem życia.

Główne przesłanie brzmi: jakkolwiek małe, każde działanie ma znaczenie i wszyscy odgrywamy rolę w tworzeniu bardziej zrównoważonej przyszłości. Ponadto, różne wybory stylu życia, które wpływają na środowisko, w którym żyjemy, są ze sobą powiązane:

Na przykład to, jak konsumujemy i co konsumujemy, wpływa na światowe zasoby wody, światowe rezerwy energii i ostatecznie na życie na planecie. To jest to, o czym należy pamiętać, ponieważ wzmacnia przesłanie, że każde działanie ma znaczenie i wpływa na środowisko na wiele różnych sposobów.

Celem Green Game jest wyzwala myślenia, rozpoczęcie dyskusji z uczniami i zmotywowanie ich do dalszego odkrywania tych pomysłów.

Niniejszy poradnik oferuje wytyczne do wdrożenia krok po kroku programu psycho-edukacyjnego Green Game w klasie.

Program koncentruje się na 7 tematach związanych z kwestiami środowiskowymi:

1. Wybór i konsumpcja produktów ekologicznych
2. Oszczędzanie wody
3. Oszczędzanie energii elektrycznej
4. Korzystanie ze zrównoważonych lub przyjaznych dla środowiska środków transportu (transport publiczny, rower, spacery)
5. Ponowne użycie
6. Recykling
7. Właściwa utylizacja odpadów nienadających się do recyklingu

Dla każdego tematu znajdziesz tu:

* Krótką prezentację w formacie wideo do obejrzenia z uczniami. Film wprowadza do tematu, dostarcza faktów i informacji, wyzwala pomysły i zachęca uczniów do proponowania własnych.
* Zestaw pytań promujących interaktywną rozmowę w klasie po filmie na dany temat.
* Zajęcia w klasie odpowiednie dla uczniów w wieku 10-14 lat, które promują dalszą naukę, krytyczne myślenie, tworzenie opinii, rozwiązywanie problemów w angażujący i zabawny sposób.
* Zestaw pytań w celu nakreślenia głównych wniosków i pomysłów na to, jak najlepiej rozwiązać dany problem środowiskowy.
* Praktykę uważności, aby przyciągnąć uwagę i koncentrację do wewnątrz, do myśli i uczuć, które zostały wywołane przez wszystkie powyższe działania (wideo, zajęcia, dyskusja) i zaoferować przestrzeń do myślenia w ciszy, osobistego zaangażowania i zmiany.
* Własny osobisty plan zobowiązań: Ustal zobowiązanie do przestrzegania 1-3 zmian przez kolejny tydzień (lub dłużej, jeśli jest to bardziej odpowiednie dla Twojej klasy, ale nie przekraczaj ograniczonego okresu 15 dni) i prowadź codzienny zapis postępów.
* Przypomnienie.
* Zestaw pytań uzupełniających celem wykonania przeglądu postępów.

Wszystkie powyższe działania mają na celu uczynienie zrównoważonego stylu życia i wyborów pro-środowiskowych bardziej dostępnymi, atrakcyjnymi, zabawnymi i akceptowalnymi przez rówieśników. Głównie mają one na celu doprowadzenie do osobistego zaangażowania, aby rozpocząć od małych kroków, celem wprowadzenia zmian.

Działanie jest realizowana krok po kroku:

Najpierw uczniowie otrzymują film, który omawia problem środowiskowy, podając fakty, ale także proponując ideę prostych zmian w codziennych nawykach i zachowaniach.

Następnie dyskusja i działania są wykorzystywane do eksploracji i uczenia się. W oparciu o pomysły, umiejętności rozwiązywania problemów, kreatywność, współpracę i wsparcie rówieśników, uczniowie określają, co ludzie mogą zrobić, aby rozwiązać każdy problem środowiskowy.

Wtedy krótka praktyka uważności tworzy przestrzeń do autorefleksji.

Następnie każdy uczeń decyduje, jaki jest jego udział w rozwiązaniu i jak zamierza się przyczynić, zaczynając od prostych, codziennych zmian i dobrowolnie się w nie angażując.

Wzbudzaj zainteresowanie

Odkrywaj

i ucz się

Bądź świadomym

Zaangażuj się i zmień

W szczególności:

**Wideo**: jest to wprowadzenie do tematu, ponieważ przedstawia główny temat dyskusji i oferuje pomysły na zmianę zachowania. Daje możliwość wywołania myśli, pomysłów i dyskusji w klasie na temat konkretnego problemu środowiskowego. Wszystkie filmy oferują kilka faktów i pomysłów do dalszego zbadania. Znajdziesz pytania, które pomogą Ci zachęcić do dyskusji po prezentacji wideo. Wszystkie filmy kończą się prawdziwym, prostym i łatwym do zapamiętania przesłaniem: ***"Planeta potrzebuje odpoczynku, aby się odnowić, więc ... "***

Chodzi o to, aby uczniowie odkryli swoją rolę w tym niezbędnym procesie, pozwalającym naszej planecie odpocząć i odnowić się.

**Działania**: dla każdego tematu jest proponowane działanie. Głównym celem jest dalsze angażowanie uczniów w opracowywanie kwestii środowiskowych w interaktywny, kreatywny i zabawny sposób. Możesz dostosować zajęcia w dowolny sposób, który bardziej odpowiada ograniczeniom czasowym i potrzebom uczniów. Na przykład znajdziesz działania, takie jak "**Zielony influencer**" lub **"wideo TikTok",** które można dostosować do wszystkich tematów, zmieniając główny temat i dostosowując pytania. Inne są specyficzne dla danego tematu.

Niektóre zajęcia są odpowiednie dla uczniów w wieku 10-14 lat. Innym proponuje się podzielenie uczniów na dwie grupy: 10-11 (lub 12) i 12-14 lat. Przeczytaj obie opcje i zdecyduj, która jest bardziej odpowiednia dla Twojej klasy.

Wszystkie działania mogą być realizowane przy użyciu prostego i zrównoważonego materiału.

Po każdym ćwiczeniu zachęć uczniów, aby omówili swoje doświadczenia i odkrycia oraz pogłębili swoje myśli i uczucia. Podsumuj najważniejsze pomysły i pomóż im rozwinąć i zwerbalizować sugerowane działania, które są gotowi podjąć.

Prosimy o zapoznanie się ze wszelkimi wymaganiami przed wdrożeniem działania, takimi jak potrzebne materiały (np. długopisy, farby itp.). Przeczytaj także, czy musisz powiadomić uczniów przed ćwiczeniem, aby przynieśli coś z domu (np. przedmiot, który chcą wymienić lub mały owoc).

Wszystkie działania są ograniczone czasowo, dzięki czemu można je realizować podczas maksymalnie 2 godzin lekcyjnych. Celem jest wprowadzenie kwestii środowiskowej do codziennego życia ucznia. Nie jako wydarzenie, które się kończy, ale jako coś, nad czym należy pracować i zastanawiać się każdego dnia i co tydzień. Dodatkowo znajdziesz sugestie, aby kontynuować pracę z klasą i dalej rozwijać swoje pomysły, angażując szkołę i rodzinę.

Aby Cię wesprzeć, istnieje kilka polecanych witryn, które możesz odwiedzić.

**Praktyki uważności**: uważność to umiejętność łączenia się z naszym doświadczeniem w chwili obecnej i zauważania bez osądzania tego, co dzieje się w nas. Wszystkie powyższe działania (wideo, aktywność, dyskusja) tworzą pewne doświadczenie, które jest ważne, aby pomóc uczniom odkrywać. Praktyki uważności są krótkie i zachęcają uczniów, aby skierowali swoją uwagę do wewnątrz i zbadali z zainteresowaniem i ciekawością, co myślą i czują. Ta eksploracja jest wspierana przez sugerowane pytania refleksyjne lub obrazy, szczególnie w przypadku niektórych tematów.

**Osobiste zaangażowanie i plan działania**: Pod koniec tego procesu poproś uczniów, aby zastanowili się nad 1-3 działaniami, które są gotowi zrealizować w następnym tygodniu (lub maksymalnie w 2 tygodniach). Zaproponuj im codzienne zapiski, aby sprawdzać i zapisywać swoje postępy.

**Przypomnienie**: Materiały, które zostały użyte podczas lekcji lub coś symbolicznie związanego z tematem, służą jako przypomnienie. Umieść je w takim miejscu, aby wszyscy uczniowie mogli je zobaczyć i zachęć ich, aby pamiętali o nim, aby odświeżyć swoje zaangażowanie w realizację osobistych celów.

**Kontynuacja**: Po tygodniu (lub 2) przedyskutuj z uczniami ich postępy. Przekaż im swoją opinię. Zachęć ich do kontynuowania, angażując ich w refleksję nad początkowym planem zobowiązań. Zestaw pytań daje możliwość refleksji i dalszego zaangażowania.

Jeśli są chętni, rozwiń pomysł dalej i zorganizuj imprezę szkolną w oparciu o koncepcję, z którą pracowałeś.

Po ukończeniu jednego tematu przygotuj grunt pod pracę nad następnym.

Przez cały czas trwania interwencji ważne jest, aby zachować postawę zainteresowania pomysłami i odkryciami uczniów, połączoną z optymizmem. W szczególności zachęcaj uczniów do dyskusji na temat sposobów rozwiązywania problemów środowiskowych. Oznacza to, że musisz często pytać ich, jakie jest ich zdaniem optymalne rozwiązanie problemu i jaki jest ich w tym udział. Zachęć ich do wyrażenia jak największej liczby rozwiązań, wspieraj współpracę i kreatywność oraz przypomnij im, że najważniejsze zmiany zaczynają się od małych, ale stałych kroków, od tego momentu.

**1. Konsumpcja produktów ekologicznych**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Działanie i konstruktywny dialog

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Wyzwalaj myśli, pomysły i osobiste cele w kierunku bardziej zrównoważonej diety i wyborów żywieniowych, angażując uczniów w wybieranie podstawowych pojęć na dany temat i sugerowanie konkretnych działań w oparciu o kreatywność, wyobraźnię i pracę zespołową.  |
| Nazwa działania |  Kreator reklamy "The Green Products" "The Green Products Influencer" |
| Zalecana grupa wiekowa | 10-12 Kreator reklamy "The Green Products"13-14 "Influencer Zielonych Produktów"  |
| Szacowany czas trwania | 65' |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | Nie wymaga materiałów |
| Etapy przygotowania | Nie wymaga przygotowania. Opcjonalnie można przeorganizować salę lekcyjną, aby uczniowie mogli pracować w grupach liczących maksymalnie 5 osób. |
| Opis działania krok po kroku | * Poproś uczniów, aby utworzyli grupy liczące od 3 do 5 osób. Następnie zapytaj ich, czy wiedzą, kim jest twórca reklamy (lub influencer)? Jaka jest jego główna działalność? W jaki sposób osiąga pożądany rezultat?
* Jeśli nie wiedzą, przeprowadź krótką dyskusję, aby wyjaśnić, że twórca reklam tworzy reklamy, aby wpływać na ludzi w kierunku określonych przedmiotów i zachowań, a influencer to osoba, którą wiele osób śledzi w mediach społecznościowych.
* Wyjaśnij im, że będą wyobrażać sobie, że są twórcami reklam (lub influencerami), a ich celem jest nakręcenie filmu o konsumpcji produktów ekologicznych. Twórca reklam (i influencer) tworząc filmy na określone tematy, wpływa na opinie, zachowania i wybory ludzi.
* Poproś uczniów, aby omówili scenariusz wymyślonego filmu o jedzeniu zielonych produktów: co by powiedzieli, co by zrobili... Jak wyreżyserowaliby film?
* Każda grupa wybiera jednego przedstawiciela, który przedstawi wymyślone wideo w klasie w dowolny sposób. Reszta grupy pomaga grając, tańcząc, śpiewając, rysując itp.
* Instrukcje dotyczące tworzenia scenariusza wymyślonego filmu wideo to:
1. Wymyślone wideo musi być krótkie (do 1 minuty).
2. Musi podać podstawowe informacje na dany temat i zaproponować jedno (1) konkretne działanie do podjęcia.
3. Powinien być atrakcyjny dla młodych ludzi.
4. Bądź kreatywny!
* Poinformuj uczniów, że mają 40 minut na przygotowanie się przed prezentacją.
* Po 40' każdy zespół zaprezentuje swój wymyślony film, a następnie rozpocznie dyskusję. Każda grupa ma 5-6 minut na przedstawienie swojego pomysłu.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | Poproś zespoły, aby podzieliły się opiniami na temat pomysłów innego zespołu, przypominając im, aby byli uprzejmi i skupili się na konstruktywnej krytyce.Pomóż uczniom wyrazić opinię, pytając ich:* Co zrobiło na tobie wrażenie w filmie swoich kolegów z klasy?
* Czego nowego dowiedziałeś się w filmie swoich kolegów z klasy?
* Czy po obejrzeniu filmu zaangażowałbyś się w tą konkretną akcję przez cały tydzień?
* Dlaczego zielone jedzenie jest ważne dla nas i dla środowiska?
* Co było dla Ciebie nowego w konsumpcji produktów ekologicznych?
* Co możesz zrobić, aby zachęcić do lokalnej i sezonowej konsumpcji indywidualnie lub w rodzinie i w szkole?
* Co zamierzasz robić inaczej od dzisiaj?
* Czy są jakieś bariery lub trudności, z którymi myślisz, że będziesz musiał się zmierzyć?
* Jak zamierzacie rozwiązać trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów)
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czy chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat?
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się z tej działalności, do swojego codziennego życia, do rodziny i szkoły?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się nim podzielisz?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania | Możesz zaproponować uczniom, aby kontynuowali pracę ze swoją grupą w ciągu tygodnia i rozwinęli pomysł, tworząc rzeczywisty film, który następnie zaprezentują w klasie. W takim przypadku upewnij się, że masz pisemną zgodę rodziców na udział ich dzieci w filmie. Może być konieczne przygotowanie formularza zgody, który poinformuje rodziców, że film jest przeznaczony do celów edukacyjnych i będzie prezentowany tylko w klasie. Alternatywnie zaproponuj uczniom, zachowując te same grupy, aby poszukali w Internecie interesujących filmów na temat produktów ekologicznych i zrobili prezentację w klasie po tygodniu. |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | https://www.foodcarbon.co.uk/carbon\_emissions.html http://www.foodemissions.com/foodemissions/Calculator http://www.eatlowcarbon.org/ https://myemissions.green/food-carbon-footprint-calculator/ |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Podróż"

Poprzedniego dnia poproś uczniów, aby przynieśli ze sobą kilka owoców lub warzyw. Do ćwiczenia będziesz potrzebował niewielkiej części z każdego owocu lub warzywa. Na przykład mandarynka zostanie podzielona, aby uczniowie mogli mieć jej kawałek. Tak więc, na potrzeby ćwiczenia, jedna mandarynka zostanie podana 5 uczniom. Lub jabłko można podzielić na plasterki również dla 4-5 uczniów. Poproś więc o konkretną liczbę owoców lub warzyw, biorąc pod uwagę całkowitą liczbę uczniów. Przed rozpoczęciem upewnij się, że są czyste i podzielone na plasterki.

Zaoferuj uczniom kawałek owocu lub warzywa. Poproś ich, aby usiedli wygodnie na krześle i trzymali je w dłoni.

Poproś ich, aby zbadali go za pomocą witryny. Co widzą. Zaproś ich na kilka chwil, aby z zainteresowaniem poznali kolory, kształty, szczegóły, różnice w kolorach na powierzchni lub w świetle.

Poczekaj kilka sekund.

Następnie poproś uczniów, aby zbadali, jak go czują w dłoniach, jego temperaturę, jego teksturę ...

Poczekaj kilka sekund.

Teraz poproś ich, aby delikatnie zbliżyli plasterek owocu / warzywa do nosa i jeśli czują się komfortowo, aby zamknęli oczy. Zaproś ich do poznania jego zapachu i aromatów.

Poproś uczniów, aby zobaczyli oczami wyobraźni, jakie mają obrazy, myśli i uczucia.

Poproś ich, aby pomyśleli o jego podróży, od małego ziarna, rosnącego pod powierzchnią ziemi. Osoba, która dbała o nie podczas wzrostu. Wyobraź sobie jego podróż, gdy zmieniały się pory roku. Zimny wiatr, deszcz, jasne słońce... Wyobraź to sobie podczas dorastania...

Poczekaj kilka sekund.

Poproś uczniów, aby wyobrazili sobie podróż z ziemi do dłoni. Ile osób jest zaangażowanych? Ile wysiłku to wymaga? Wyobraź sobie podróż... ludzie, maszyny, pojazdy...

Poczekaj kilka sekund.

Następnie poproś uczniów, aby przysunęli go do ust i zbadali swoje doświadczenia. Zobacz, jak smakuje na zębach, na języku, a następnie ugryź i zwróć uwagę na uczucia i doznania podczas spożywania …

Poczekaj kilka sekund. A następnie poproś uczniów, aby otworzyli oczy.

Po ćwiczeniu możesz zainicjować dyskusję nad doświadczeniem, używając otwartych pytań, takich jak:

1. Co zauważyłeś podczas aktywności?

2. Jakie były Twoje uczucia?

3. Jakie myśli przyszły Ci do głowy na temat owocu lub warzywa i jego podróży z ziemi do Ciebie?

Krok 4: Wyznaczanie celów

Poproś uczniów, aby zamknęli oczy (lub spuścili wzrok) na kilka chwil. Poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieli sobie całe doświadczenie: począwszy od obejrzenia wideo, aktywności, głównych punktów, które wyszły z dyskusji, ćwiczenia uważności. Następnie możesz powiedzieć następujące stwierdzenia i zadać refleksyjne pytanie:

*"Kiedy masz to doświadczenie w swoim umyśle i sercu, jakie są rzeczy, które możesz zrobić w następnym tygodniu, aby jeść bardziej zrównoważenie?*

Następnie poproś uczniów, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, do których mogą się zobowiązać w następnym tygodniu, aby przyczynić się do osiągnięcia celu, jakim jest bardziej ekologiczna i zrównoważona dieta.

Pokaż im przykład dziennego raportu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj kolejne kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Posadź razem ze swoimi uczniami nasiona. Umieść je w pobliżu okna. Zdecyduj, jak się nimi zajmiesz. Kto będzie podlewał nasiona, w jaki sposób będzie zbierał wodę (np. możesz mieć zespół zbierający wodę z deszczu lub z wody, którą uczniowie przynieśli do szkoły).

Zaproś ich, aby codziennie odkrywali podróż nasiona do życia i zachowaj go jako przypomnienie o ich zaangażowaniu w zrównoważoną dietę.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić ich, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zwrócili uwagę, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić ich do dyskusji i dzielenia się spostrzeżeniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat wyboru zrównoważonej diety?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Zaproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz to kontynuować?*

Na koniec przygotuj grunt pod zbadanie następnego tematu i zachęć ich, aby zobaczyli, jak uzupełnia się on z poprzednim.

**2. Oszczędzanie energii elektrycznej**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś ich do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog (opcja dla uczniów w wieku 10–12 lat)

|  |  |
| --- | --- |
| **Główny cel** | Zachęcaj do myślenia nad lepszym wykorzystaniem energii elektrycznej w codziennych czynnościach i pracuj nad wyznaczeniem celów w zakresie oszczędzania energii. |
| **Nazwa działania** | Dwa wyzwania są lepsze niż jedno: opieka i oszczędzanie |
| **Zalecana grupa wiekowa** | 10-12 |
| **Szacowany czas trwania** | 45 minut |
| **Materiały eksploatacyjne / materiały** | * Sześciostronna kostka
* 10 pytań napisanych na papierze, aby nauczyciel mógł je zadać uczniom

Przykłady:1. Aby nie zepsuć jedzenia, które właśnie wyjęto z piekarnika, czy powinienem natychmiast włożyć je do lodówki? (Nie, w przeciwnym razie lodówka potrzebuje dodatkowej energii, aby je schłodzić)2. Mogę napełnić czajnik do pełna podczas gotowania wody? (Nie, lepiej napełnić go tylko taką ilością wody, jakiej potrzebujesz, ponieważ w ten sposób zatrzymasz niepotrzebną energię elektryczną, potrzebną do podgrzania wody, którą zmarnujesz). 3. Kiedy wychodzisz z domu, powinieneś tylko gasić światło? (Nie, należy również wyłączyć wszystkie urządzenia elektryczne)4. Czy możesz pozostawić komputer włączony, gdy go nie używasz? (Nie, zużywa energię, jeśli go pozostawisz)5. Czy najlepiej podgrzać zupę za pomocą kuchenki gazowej, czy kuchenki mikrofalowej? (Kuchenka mikrofalowa, ponieważ podgrzewa zupę w krótszym czasie)6. Czy lepiej otwierać drzwi lodówki z przerwami 6 razy z rzędu przez 10 sekund za każdym razem, czy pozostawić je otwarte na minutę z rzędu?7. Czy obowiązkiem nauczyciela jest wyłączenie światła w klasie? (Nie, każdy ma tę odpowiedzialność i każdy może taką czynność wykonać)8. Idealnie, światła na korytarzu szkolnym powinny być zawsze włączone, aby uczniowie nie upadli (Nie, możemy je wyłączyć w zależności od okoliczności) 9. Czy powinienem używać kuchenki mikrofalowej do rozmrażania żywności?10. Czy wystarczy odłączyć ładowarkę od telefonu komórkowego po zakończeniu ładowania?11. Jak zaoszczędzić więcej energii elektrycznej z telewizora? Przełączyć go w tryb czuwania lub wyłączyć?12. Co powinieneś zrobić z zasłonami w zimie? (Zamknij je, ponieważ dużo ciepła może zostać utracone przez okna). 13. Co powinieneś zrobić z zasłonami latem (Otwórz je, aby jak najwięcej korzystać ze światła) |
| **Etapy przygotowania** | Masz kilka formatów/opcji, które możesz wybrać, aby grać w grę:* Gra planszowa (wykonana z tektury) do gry na stole
* Gra planszowa (wykonana z tektury) do zabawy na podłodze
* Gra planszowa wykonana kredą do zabawy na podłodze np. na szkolnym boisku

Alternatywnie możesz ustawić krzesła w rzędzie (2 rzędy = 2 grupy), tak aby uczniowie mogli przechodzić z jednego krzesła na drugie w zależności od ich poprawnych odpowiedzi (w tym przypadku nie potrzebujesz gry planszowej).  |
| **Opis działania krok po kroku** | * + Podziel klasę na 2 grupy
	+ Każda grupa wybiera swojego przedstawiciela, który będzie pionkiem drużyny
	+ Każdy członek grupy, która gra, może odpowiadać
	+ Obie drużyny rzucają kostką, aby zobaczyć, kto rozpocznie grę
	+ Nauczyciel zadaje pytanie dotyczące numeru planszy (kwadratu), na który trafił uczeń
	+ Jeśli pionek / grupa odpowie poprawnie, ponownie rzuca kostką. Jeśli nie zrobią tego dobrze, przenosi się do drugiej drużyny / pionka i tak dalej, aż do końca gry
	+ Powinna być symboliczna nagroda dla zwycięskiej drużyny – na przykład stać się odpowiedzialnym za obserwowanie używania świateł w klasie przez następny tydzień (wyłącz je, jeśli jest słonecznie, wyłącz je, gdy skończy się lekcja itp.).
 |
| **Zalecane pytania dotyczące** **promowania dialogu po ćwiczeniu** | * Wymień, ile razy zużyłeś energię elektryczną poprzedniego dnia.
	+ Wymień, co powinieneś zrobić, a czego nie, aby oszczędzać energię elektryczną.
	+ Czy uważasz, że postępujesz zgodnie z zaleceniami dotyczącymi oszczędzania energii elektrycznej na co dzień?
* Jeśli tak, jakie są Twoje konkretne działania? Jak udaje Ci się za nimi podążać?
* Jeśli nie, jakie konkretne działania mógłbyś podjąć, ale przegapiłeś? Jakie są tego przyczyny?
	+ Kiedy jesteś proszony o oszczędzanie energii elektrycznej, czy czujesz się ograniczony? Czy to przeszkadza Ci w robieniu pewnych rzeczy?
	+ Jeśli tak, w jakich działaniach czujesz się ograniczony?
	+ Dlaczego oszczędzanie energii elektrycznej, szczególnie w domu, jest tak ważne?
	+ Dlaczego oszczędzanie energii elektrycznej jest ogólnie ważne w Twojej społeczności, w Twoim mieście i na całym świecie?
	+ Czy po tym ćwiczeniu i dyskusji myślisz, że będziesz w stanie coraz częściej wdrażać wytyczne dotyczące oszczędzania energii elektrycznej w swoim domu?
	+ Jeśli nie, to dlaczego?
 |
| **Potencjalne przeszkody** | Trudności w odpowiadaniu na bardziej szczegółowe lub podchwytliwe pytania, lub zrozumienie, dlaczego sprzęt w trybie czuwania lub podłączony, nawet jeśli nie jest używany, również zużywa energię. Nauczyciel powinien być przygotowany do pomocy i wyjaśnienia.  |
| **Dodatkowe pomysły na działania** | Możesz poprosić uczniów, aby korzystali z codziennych zapisów przez cały miesiąc i zorganizowali konkurs "oszczędzania energii elektrycznej". Zwycięzcą będzie uczeń, który zarejestruje codziennie (lub co tydzień) największą liczbę pożądanych zachowań. Pomyśl o symbolicznej nagrodzie.  |
| **Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe** | Co to jest elektryczność/Skąd się bierze:https://www.youtube.com/watch?v=t09pAwLICC4Jak oszczędzać energię elektryczną:https://www.youtube.com/watch?v=h4RmNNve3lcŚlad środowiskowy:https://www.youtube.com/watch?v=p9cCFBcVRO4 |

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog (opcja dla uczniów w wieku 12-14 lat)

Jest to alternatywna aktywność dla nastolatków (możesz zaoferować ją młodszym uczniom, jeśli są zaznajomieni z serwisem TikTok)

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Tak samo, jak w ćwiczeniu 1 |
| Nazwa działania | TikTok Electric Shock – Zrób najbardziej energetyzujący film!  |
| Zalecana grupa wiekowa | 12-14 |
| Szacowany czas trwania | 65' minut |
| Materiały eksploatacyjne / materiały |  |
| Etapy przygotowania |  |
| Opis działania krok po kroku | * Poproś uczniów, aby utworzyli grupy liczące od 4 do 5 osób.
* Wyjaśnij im, że zamierzają stworzyć scenariusz filmu, który zostanie przesłany na TikTok. Tematem jest oszczędzanie energii elektrycznej, a ich celem jest stworzenie obowiązkowego i modnego filmu, który wpłynie na innych w tym samym wieku.
* Poproś uczniów, aby omówili scenariusz filmu TikTok: co by powiedzieli, co by zrobili... jak wyreżyserowaliby film? Jaką muzykę lub piosenkę by wybrali? Jak będzie prezentowany?
* Zaproś ich do burzy mózgów: film może być stworzona przez nich piosenką (rap, hip-hop itp.), tańcem choreograficznym, teatrem lub czymkolwiek, co najbardziej im odpowiada, o ile treść zwraca uwagę na temat.
* Po zdefiniowaniu stylu filmu stwórz scenariusz, wybierając zarówno bohaterów, jak i statystów.
* Każda grupa wybiera jednego przedstawiciela, który dokona prezentacji dla pozostałej części klasy. Następnie wszyscy członkowie grupy przedstawiają swój pomysł w dowolny sposób.
* Instrukcje dotyczące tworzenia scenariusza filmu TikTok to:
	+ Powinien być krótki (do 5 minut).
	+ Musi podać podstawowe informacje o problemie i zaproponować co najmniej 3 konkretne działania do podjęcia.
	+ Powinien być atrakcyjny dla młodych ludzi.
	+ Powinien dążyć do wielu wizyt, polubień, pozytywnych komentarzy.
* Poinformuj uczniów, że mają 40 minut na przygotowanie się przed prezentacją.
* Następnie będą mieli 5-6 minut dla każdej grupy na zaprezentowanie swojego wymyślonego filmu.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | Poproś zespoły, aby podzieliły się opiniami na temat pomysłów innego zespołu, przypominając im, aby byli uprzejmi i skupili się na konstruktywnej krytyce.Pomóż uczniom wyrazić opinię, pytając ich:* Co zrobiło na Tobie wrażenie w filmie Twoich kolegów z klasy?
* Czego nowego dowiedziałeś się z filmu swoich kolegów z klasy na temat oszczędzania energii elektrycznej?
* Czy po obejrzeniu filmu zaangażujesz się w proponowane działania przez cały tydzień?
* Dlaczego oszczędzanie energii elektrycznej jest ważne dla nas i dla środowiska?
* Co możesz zrobić, aby oszczędzać energię elektryczną w swojej rodzinie i szkole?
* Co zamierzasz robić inaczej od dzisiaj?
* Czy są jakieś bariery lub trudności, z którymi myślisz, że będziesz musiał się zmierzyć?
* Jak zamierzacie rozwiązać trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów)
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czego chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat?
* Jak możesz zastosować to, czego nauczyłeś się z tego ćwiczenia do swojego codziennego życia, do rodziny i szkoły?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się podzielisz?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania |  |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | <http://www.greeneducationfoundation.org/green-energy-challenge-menu/curriculum-and-activities/energy-activities.html><https://www.footprintcalculator.org/home/en> |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Moja codzienna podróż"

Poproś uczniów, aby usiedli wygodnie i zamknęli oczy. Poproś ich, aby przypomnieli sobie typowy dzień. Wyobraź sobie, że się budzą. Czym się zajmują? Jakie działania wymagają energii elektrycznej? Czy przechodzą z sypialni do łazienki, zapominając o wyłączeniu światła? Czy trzymają lodówkę otwartą przez wiele minut, szukając czegoś na śniadanie? Czy puszczają wodę, ponieważ ogrzewają więcej niż potrzebują? Czy biorą długie prysznice? Czy zostawiają włączony komputer?...

Poproś ich, aby podążali za sobą przez cały dzień aż do nocy, kiedy idą spać. Czy wyłączają urządzenia, których nie używają? Czy zostawiają telewizor w trybie czuwania? Czy zasypiają przed telewizorem?

Teraz poproś ich, aby podążali za sobą przez cały dzień, od przebudzenia do zaśnięcia. Tym razem poproś ich, aby wyobrazili sobie, że pamiętają o robieniu wszystkich rzeczy, za którymi tęsknią lub o których zapominają. Podaj im przykłady, takie jak: "Teraz uważaj, jak napełniasz czajnik tylko jedną szklanką wody..." .... "Teraz zobacz, jak wyłączasz telewizor przed pójściem spać" ...

Krok 4: Wyznaczanie celów

Gdy mają zamknięte oczy, poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieli sobie całe doświadczenie: począwszy od oglądania wideo, aktywności, głównych punktów, które wyniknęły z dyskusji, ćwiczenia uważności.

Następnie możesz zadać refleksyjne pytanie:

*"Kiedy masz to doświadczenie w swoim umyśle i sercu, jakie są rzeczy, które możesz zrobić w następnym tygodniu, aby oszczędzać energię elektryczną w swoim codziennym życiu?"*

Następnie poproś ich, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, do których mogą się zobowiązać w następnym tygodniu, aby przyczynić się do osiągnięcia celu, jakim jest mądre wykorzystanie energii elektrycznej i oszczędzanie energii.

Pokaż im przykład dziennego rekordu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj następujące kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Poproś uczniów, aby wybrali wyrażenie lub słowo, które będzie przypominać o ich codziennych celach w następnym tygodniu. Mogą wybrać bardziej inspirujące lub najzabawniejsze. Może to być coś, co pojawiło się jako motto z aktywności TikTok (jeśli wybierzesz to dla swojej klasy). Napisz na kartce papieru i niech wszyscy ją podpiszą.

Umieść ją w miejscu, w którym każdy może ją zobaczyć. Przypominaj im codziennie, aby na to spojrzeli.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić ich, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zastanowili się, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić ich do dyskusji i dzielenia się przemyśleniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat mądrego wykorzystania i oszczędzania energii elektrycznej?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Zaproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz kontynuować?*

Na koniec przygotuj grunt pod zbadanie następnego tematu i zachęć uczniów, aby zobaczyli, jak uzupełnia się on z poprzednim.

**3. Oszczędzanie wody**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog (opcja dla uczniów w wieku 10–11 lat)

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Wyzwalaj myśli i pomysły na mądrzejsze zużycie wody w życiu codziennym i pracuj nad wyznaczeniem celów w zakresie oszczędzania wody poprzez zrozumienie koncepcji osobistego śladu wodnego. |
| Nazwa działania | "Pocztówka do zapamiętania!" Dla bardzo zapominalskiego przyjaciela |
| Zalecana grupa wiekowa | 10-11 lat |
| Szacowany czas trwania | 60 minut |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | Kartony do wykonania dużej pocztówki, kolorowe długopisy, naklejki itp. |
| Etapy przygotowania | Przydatne będzie przeczytanie przed ćwiczeniem o koncepcji odcisku stopy wodnej: https://waterfootprint.org/en/ |
| Opis działania krok po kroku | * Poproś wszystkich uczniów, aby wzięli udział w dyskusji na temat codziennych czynności, które ich zdaniem są związane ze zużyciem wody i ich wpływu na oszczędność wody na całym świecie.
* Zapisz je na tablicy, aby wszyscy uczniowie mogli je zobaczyć.
* Połącz te działania z koncepcją osobistego znaku wodnego
* Podziel uczniów na małe grupy (po 3-4 uczniów).
* Wyjaśnij, że celem projektu jest napisanie pocztówki i wysłanie jej znajomemu w Światowy Dzień Wody obchodzony 22 marca.
* Zaproś ich do współpracy i burzy mózgów na temat tego, jaka powinna być zawartość pocztówki. Mają 40 minut na przemyślenie i napisanie treści.
* Daj im wskazówki, takie jak:
* Dlaczego ważne jest oszczędzanie wody?
* Jak wyglądałoby życie, gdyby nie było wody pitnej
* Sposoby oszczędzania wody w życiu codziennym
* Sposoby oszczędzania wody w szkole
* Zaproś ich do kreatywności, a nie tylko wspominaj o rzeczach, które już usłyszeli. Mogą myśleć o własnych domach, nawykach i codziennej rutynie. Zachęć ich do myślenia i oferowania rozwiązań swojemu przyjacielowi, jeśli może napotkać wyzwania, takie jak: „Nie ma zmywarki w domu lub nie działa”.
* Na koniec poproś uczniów, aby zastanowili się, w jaki sposób pomogą przyjacielowi przypomnieć sobie, co jest ważne, ponieważ ma dobre intencje, ale jest bardzo zapominalski.
* Uatrakcyjnij kartkę, aby chciał ją zachować.
* Rozważ również przestrzeń: wiadomości powinny być krótkie, bezpośrednie, motywujące, ponieważ nie mogą napisać bardzo długiego tekstu.
* Po zakończeniu kartki, każda grupa oddaje swoją innej grupie.
* Uczniowie czytają nawzajem swoje kartki i proszeni o komentarz na temat tego, dlaczego dana karta jest interesująca, zabawna itp.
* Przypomnij im, aby byli uprzejmi podczas udzielania i otrzymywania informacji zwrotnych.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * Co zrobiło na Tobie wrażenie na kartach kolegów z klasy?
* Czego nowego nauczyłeś się czytając ich kartki?
* Czy po ich przeczytaniu zaangażujesz się w proponowane działania przez cały tydzień?
* Czy przypomnienia dla zapominalskiego przyjaciela okazały się pomocne? W jaki sposób?
* Dlaczego oszczędzanie wody jest ważne dla nas i dla środowiska?
* Co było dla Ciebie nowego w nauce sposobów ograniczania marnotrawstwa wody?
* Co możesz zrobić, aby nie wspierać marnotrawstwa wody indywidualnie, w rodzinie i w szkole?
* Co zamierzasz robić inaczej od dzisiaj?
* Czy są jakieś przeszkody lub trudności, z którymi myślisz, że będziesz musiał się zmierzyć?
* Jak zamierzacie rozwiązać trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów)
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się podzielisz?
* Czy chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat?
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się z tej działalności, do swojego codziennego życia, do rodziny i szkoły?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania |  |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe |  |

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog (opcja dla uczniów w wieku 12-14 lat)

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Tak samo, jak w ćwiczeniu 1  |
| Nazwa działania | "Woda jest wszędzie: Policzmy!"  |
| Zalecana grupa wiekowa | 12-14 |
| Szacowany czas trwania | 35 - 45 minut |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | Dostęp do Internetuhttps://www.watercalculator.org/ |
| Etapy przygotowania | Nauczyciel powinien zbadać ideę pośredniego (wirtualnego) zużycia wody, aby pomóc uczniom zrozumieć wzajemne powiązania między codziennymi wyborami stylu życia a mądrym korzystaniem z wody i oszczędzaniem wody. Obejrzyj film przed prezentacją w klasie: Gdzie jest woda? Pomieszczenia wodne UNESCO World Water Rooms https://www.youtube.com/watch?v=b1f-G6v3voA&t=338s |
| Opis działania krok po kroku | * Podziel klasę na grupy po 3-5 uczniów, aby omówić, w jaki sposób codziennie używają wody. Poproś ich, aby zapisali wszystkie czynności, które ich zdaniem są związane z zużyciem wody.
* Poproś każdą grupę, aby podzieliła się swoimi wnioskami.
* Co uczniowie zawarli w swoich odpowiedziach? Oczekuje się, że udzieli odpowiedzi na temat użytkowania domowego, takiego jak: czyszczenie, szczotkowanie zębów, kąpiel, spłukiwanie toalety, podlewanie trawnika.

Jest to bezpośrednie zużycie wody (oczywiste). Ale czy są świadomi pośredniego (wirtualnego) zużycia wody w swoich codziennych wyborach i działaniach? (Ukryty). * Jeśli tak, poproś ich, aby wyjaśnili, jak rozumieją pojęcie: pośrednie (wirtualne) zużycie wody

Jeśli nie, zadaj pytanie: Jak myślisz, co jest pośrednim (wirtualnym) zużyciem wody? Czy to ważne? Dlaczego? * Poproś grupy o udostępnienie ich wniosków.

Ważne jest, aby zrozumieć, że potrzebujemy wody do wszystkiego, co robimy, od transportu po elektryczność, po to, co nosimy, gotowanie, sprzątanie itp.* Napisz na tablicy: Osobisty ślad wodny = Oczywisty (bezpośredni) + Ukryty (wirtualny)
* Poproś ich, aby odkryli swoje ślady wodne, podając kilka faktów. "Być może wszyscy słyszeliście o potrzebie zmniejszenia zużycia wody. Ale gdzie ją konsumujemy?

Poza oczywistym zastosowaniem (picie, prysznic, gotowanie), czy wiesz, że jeden kilogram bawełny wymaga około 20 000 litrów wody? Ta ilość bawełny wystarcza na wykonanie jednej koszulki i jednej pary dżinsów! * Ile T-shirtów i dżinsów mamy teraz na sobie? Napisz na tablicy liczbę. Co to oznacza w kategoriach litrów?"

Oblicz i napisz na tablicy całkowitą liczbę w litrach.* Kontynuuj: "Ile T-shirtów i dżinsów masz w domu? Średnio?" Ponownie oblicz.

"Co to oznacza w kategoriach litrów?"Oblicz i napisz na tablicy całkowitą liczbę w litrach.* "Czy kiedykolwiek zastanawiałeś się, ile wody potrzeba do wyhodowania żywności, która jest na naszym talerzu? Na przykład: Czy wiesz, że burger potrzebuje do zrobienia 3000 litrów wody. Jak często jesz hamburgery? Twoi przyjaciele? Rodzina?

Nawet paliwo, którego używamy do podróży, potrzebuje wody w procesie produkcji. Jak często podróżujesz każdego dnia? Twoja rodzina? Policzmy!" * Po przedstawieniu tych faktów poproś uczniów, aby ponownie pracowali w grupach i omówili:

W jaki sposób żywność, którą spożywamy, produkty, które kupujemy, środki transportu wpływają na zasoby słodkiej wody? Zrób listę nawyków, które mają, produktów, które kupują, lub żywności, która potrzebuje wody? Dodaj je do listy, którą zrobiliście powyżej (woda do oczywistego użytku domowego). * Poproś uczniów, aby skorzystali z kalkulatora śladu wodnego (<https://www.watercalculator.org/>), aby obliczyć, ile wody zużywają codziennie. Pozwól im zbadać ideę **osobistego śladu wodnego**. Nie trzeba dokonywać ostatecznego oszacowania, tylko po to, aby zdać sobie sprawę z ilości wody, którą zużywają. Poproś uczniów, aby poszli dalej, ponownie korzystając z kalkulatora w domu.
* Na koniec ustal cel zespołu: jak najbardziej obniżyć ślad wodny: od czego zaczniesz?

Burza mózgów! Poproś uczniów, aby byli kreatywni i zaproponowali jak najwięcej pomysłów.* Poproś uczniów, aby podzieliły się na grupy i napisały pomysły na tablicy / kartkach.
* Głosujcie na najbardziej zabawne i kreatywne pomysły. Głosujcie na najbardziej realistyczne, które można wdrożyć już dziś.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * W jaki sposób możemy przemyśleć nasze nawyki związane ze zużyciem wody, aby stworzyć bardziej zrównoważoną przyszłość?
* Jakie działania możemy podjąć, aby pomóc w bezpośredniej ochronie zasobów słodkiej wody? Skoncentruj się na użytku domowym (zmiany, które można wprowadzić podczas używania wody do mycia zębów, prysznica, czyszczenia talerza itp.)
* Jakie działania możemy podjąć, aby pośrednio pomóc w ochronie zasobów słodkiej wody?
* Jak wpłynie to na dostawy słodkiej wody dla ludzi w krajach, w których są one ograniczone?
* Jak mogę obniżyć mój osobisty ślad wodny? Mojej rodziny? Mojej szkoły?
* Czy są jakieś bariery lub trudności, z którymi myślisz, że będziesz musiał się zmierzyć?
* Jak zamierzacie rozwiązać trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów)
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z innymi? Z kim się podzielisz?
* Czego chcesz się dowiedzieć więcej na ten temat?
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się z tej aktywności do Twojego codziennego życia, do rodziny i szkoły?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania |  |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | <https://waterfootprint.org/en/resources/interactive-tools/personal-water-footprint-calculator/personal-calculator-extended/><https://www.watercalculator.org/wfc2/> <https://www.waterwise.org.uk/save-water/> |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Kropla wody"

Poproś uczniów, aby usiedli wygodnie i zamknęli oczy. Weźcie kilka głębokich oddechów. Poprowadź ich spokojnym tonem głosu, aby wyobrazili sobie cykl życia wody.

"Pamiętaj o czystym, błękitnym morzu. Weź oddech i wyobraź sobie małą kroplę wody z morza, parującą do nieba. Stawanie się częścią białej chmury. (Pauza)

Wyobraźcie sobie chmurę wędrującą po bezkresie nieba, porwaną przez wiatr. (Pauza)

Wraz ze zmianą pór roku chmura staje się ciemna i zaczyna padać deszcz. (Pauza)

Mała kropla ponownie staje się kroplą i dociera do gleby. Karmienie ziemi.

Karmienie pokarmem, który dostaje się do Twojego ciała. Stawanie się wodą, którą pijesz, aby się odświeżyć. (Pauza).

Ta mała kropla wody staje się częścią ciebie.” (Pauza)

Krok 4: Wyznaczanie celów

Gdy mają zamknięte oczy, poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieć sobie całe doświadczenie: Począwszy od oglądania wideo, aktywności, głównych punktów, które wyniknęły z dyskusji, ćwiczenia uważności.

Następnie możesz zadać refleksyjne pytanie:

*"Kiedy masz to doświadczenie w swoim umyśle i sercu, jakie są rzeczy, które możesz zrobić w następnym tygodniu, aby oszczędzać wodę w swoim codziennym życiu?"*

Następnie poproś ich, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, do których mogą się zobowiązać w następnym tygodniu, aby przyczynić się do mądrego wykorzystania i oszczędzania wody.

Pokaż im przykład dziennego raportu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj następujące kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Przynieś ponownie uczniom nasiona, które z nimi zasadziłeś. Obserwuj je, gdy rosną. Niech staną się jeszcze raz przypomnieniem na nadchodzący tydzień dla ich codziennych celów. Mogą wybrać, w jaki sposób zamierzają oszczędzać wodę, aby ją podlać.

Umieść je w miejscu, w którym każdy może je zobaczyć. Przypominaj uczniom codziennie, aby patrzyli na nie i obserwowali każdą najmniejszą zmianę, każdy najmniejszy szczegół. Przypomnij im o znaczeniu każdej małej kropli wody i jej wkładzie w życie.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić ich, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zastanowili się, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić do dyskusji i dzielenia się przemyśleniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat oszczędzania wody i mądrego korzystania z wody w naszych codziennych czynnościach i wyborach stylu życia?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Poproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz kontynuować?*

Na koniec przygotuj grunt pod zbadanie następnego tematu i zachęć ich, aby zobaczyli, jak uzupełnia się on z poprzednim.

**4. Transport**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Wyzwalaj myśli i pomysły dotyczące wpływu transportu na środowisko. Pracuj nad wyznaczeniem celów w zakresie transportu przyjaznego dla środowiska i obniżenia osobistego śladu węglowego. |
| Nazwa działania | "Gdyby to był kolor"  |
| Zalecana grupa wiekowa | 10-14 |
| Szacowany czas trwania | 50' minut |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | * Zdjęcia środków transportu, nad którymi będą pracować uczniowie, klej, kolorowe markery, kawałek kartonu do wykonania plakatu
* Dostęp do Internetu w celu wyszukiwania informacji
* Kalkulator online do obliczania ilości CO2 uwalnianego przez osoby fizyczne i gospodarstwa domowe https://www.carbonfootprint.com/calculator.aspx
 |
| Etapy przygotowania |  |
| Opis działania krok po kroku | * Podziel uczniów na grupy po 3-5 osób.
* Każda grupa jest odpowiedzialna za przygotowanie prezentacji na temat środka transportu:
	+ Samolot
	+ Statek
	+ Pociąg
	+ Autobus
	+ Rower
	+ Chodzenie
	+ Samochód
* Członkowie grupy współpracują ze sobą, aby znaleźć informacje o każdym środku transportu: jego historii, zaletach i wadach oraz konsekwencjach dla środowiska.
* Poproś uczniów, aby obliczyli CO2 podczas korzystania z niego (Kalkulator online).
* Gdy każda grupa jest gotowa, przedstawia konkretny środek transportu. Prezentacja powinna wyjaśniać, dlaczego i kiedy go używać. Kiedy tego unikać i jak.
* Jeśli zielony jest kolorem, który reprezentuje kolor bez lub mniejszy ślad węglowy, a czarny kolor, który reprezentuje kolor o największym śladzie węglowym, to jaki kolor najlepiej opisywałby każdy środek transportu.
* Użyj kleju i umieść zdjęcia każdego środka transportu na kartonie wewnątrz trzech kół: zielony, szary, czarny w zależności od powyższych wniosków.
* Poproś uczniów, aby zastanowili się nad informacjami uzyskanymi podczas oglądania filmu i słuchania prezentacji. Jakie są wnioski?
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * Jak możemy przemyśleć sposób, w jaki podróżujemy, aby stworzyć bardziej zrównoważoną przyszłość?
* Dlaczego środki transportu są ważne dla nas i dla środowiska?
* Co było dla Ciebie nowego w kwestii środków transportu i problemów środowiskowych?
* Co możesz zrobić, aby wspierać ekologiczny sposób podróżowania i transportu indywidualnie, w rodzinie, w szkole?
* Co zamierzasz robić inaczej od dzisiaj?
* Czy są jakieś bariery lub trudności, z którymi myślisz, że będziesz musiał się zmierzyć?
* Jak zamierzacie rozwiązać trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów)
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z innymi? Z kim się nimi podzielisz?
* Czy chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat?
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się z tej aktywności do swojego codziennego życia, do rodziny i szkoły?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania |  |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | <https://ourworldindata.org/ghg-emissions-by-sector><https://ourworldindata.org/co2-emissions-from-aviation>https://www.epa.gov/transportation-air-pollution-and-climate-change/carbon-pollution-transportation |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Uważny spacer"

Poproś uczniów, aby śledzili Cię na zewnątrz. Wybierz miejsce na dziedzińcu szkolnym, w którym będziesz miał trochę cichej przestrzeni do tej aktywności. Jeśli warunki pogodowe nie pozwalają Ci wyjść na zewnątrz, pozostań w klasie, ale poproś uczniów, aby pomogli Ci przestawić meble, aby było trochę wolnego miejsca do chodzenia.

Poproś uczniów, aby wstali i wzięli kilka głębokich oddechów.

Następnie poproś ich, aby zamknęli oczy i zrobili jeden świadomy krok. Oznacza to skupienie ich uwagi na szczegółach tego jednego ruchu. Poproś ich, aby powoli podnieśli stopę z ziemi, obserwowali ruch w całym ciele, poczuli odczucia, a następnie położyli stopę na ziemi.

Poproś uczniów, aby otworzyli oczy i kontynuowali ten krok.

Poproś ich, aby odkryli, jak to jest chodzić z całą uwagą.

Zwróć uwagę na każdy szczegół tego doświadczenia, a zwłaszcza na to, jak się czują podczas chodzenia po otwartej przestrzeni. Zaproś ich, aby poczuli powietrze na twarzy, słońce na skórze.

Poproś uczniów, aby byli otwarci na dźwięki.

Pozwól im przez kilka chwil podążać krótką ścieżką.

Krok 4: Wyznaczanie celów

Kiedy wrócisz na zajęcia, jeśli byłeś na zewnątrz, poproś uczniów, aby zamknęli oczy i poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieli sobie całe doświadczenie: Począwszy od obejrzenia wideo, aktywności, głównych punktów, które wynikły z dyskusji, ćwiczenia uważności.

Następnie możesz zadać refleksyjne pytanie:

*"Skoro masz to doświadczenie w swoim umyśle i sercu, jakie są rzeczy, które możesz zrobić w następnym tygodniu, aby wybrać* ekologiczny *środek transportu i obniżyć swój osobisty ślad węglowy?"*

Następnie poproś ich, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, do których mogą się zobowiązać w następnym tygodniu, aby przyczynić się do osiągnięcia celu, jakim jest zrównoważony i przyjazny dla środowiska transport.

Pokaż im przykład dziennego raportu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj następujące kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Umieść karton z ćwiczenia w miejscu, które każdy uczeń może zobaczyć. Poproś ich, aby codziennie patrzyli i używali go jako przypomnienia na następny tydzień o swoich codziennych celach.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zastanowili się, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić ich do dyskusji i dzielenia się przemyśleniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat wyboru ekologicznego transportu i obniżenia osobistego śladu węglowego?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Poproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz kontynuować?*

Na koniec przygotuj grunt pod zbadanie następnego tematu i zachęć ich, aby zobaczyli, jak uzupełnia się on z poprzednim.

**5. Ponowne wykorzystanie**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Aktywność i dyskusja

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Wyzwalaj myśli, pomysły i osobiste cele w celu ponownego wykorzystania przedmiotów i zmniejszenia ilości odpadów. |
| Nazwa działania | "Zorganizuj sklep wymiany" |
| Zalecana grupa wiekowa | 10-14 |
| Szacowany czas trwania | 45' – 60' |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | Różne przedmioty, które uczniowie chętnie wymieniliby (np. ubrania, płyty CD, DVD, zabawki, książki itp.) w dobrym stanie, sprawne. |
| Etapy przygotowania | * Poinformuj uczniów o sklepie wymiany i zachęć ich do zbierania przedmiotów, których już nie potrzebują, a chcieliby wymienić.
* Musisz zdecydować, kiedy uczniowie powinni zacząć zbierać przedmioty do przyniesienia, ilu uczniów powinno być w "sklepie" na raz i jak odbędzie się wymiana.
* Zaplanuj, gdzie zostaną rozprowadzone pozostałe przedmioty. Na cele charytatywne? Albo uczniowie, którzy je przywieźli wrócą z nimi do domu. Upewnij się, że wszyscy o tym wiedzą i zgadzają się.
 |
| Opis działania krok po kroku | * Przedstaw argumenty o znaczeniu ponownego użycia przedmiotów i redukcji odpadów.
* Przydziel uczniów i wolontariuszy do pomocy w organizowaniu przedmiotów.
* Poproś ich, aby zobaczyli, ile przedmiotów w przeciwnym razie by się zmarnowało.
* Zilustruj w działaniu, w jaki sposób przedmioty, których już nie używają, mogą dawać radość i być używane przez innych, przyczyniając się do zmniejszenia ilości odpadów.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * Jak się czujesz i jakie masz myśli po zakończeniu tej czynności?
* Dlaczego ta kwestia (nadmierna konsumpcja, redukcja odpadów) jest ważna?
* Jakie są nowe pomysły lub odkrycia dotyczące tej kwestii?
* Co należy zrobić, aby zmniejszyć ilość odpadów, które produkujemy codziennie (burza mózgów)? Jeśli przytłaczające jest myślenie o tym problemie w skali globalnej, zastanów się, co można zrobić indywidualnie, w swoich domach, szkołach?
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się z zajęć w swojej szkole, codziennym życiu, domu?
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się tym podzielisz?
* Czego chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat?
 |
| Potencjalne przeszkody | W przypadku, gdy więcej uczniów chce tego samego przedmiotu, rozważ zrobienie loterii, aby uniknąć konfliktów. |
| Dodatkowe pomysły na działania | * Zorganizuj w dłuższej perspektywie charytatywny bazar z przedmiotami w dobrej formie, których uczniowie nie potrzebują. Zaoferuj przedmioty w bardzo rozsądnej cenie, aby uczniowie mogli kupić coś, co im się podoba od innego kolegi. Przekaż tę kwotę na wybraną przez uczniów organizację charytatywną lub na cele środowiskowe.
* Zaproponuj pomysł wymiany jako prezentów (np. na Boże Narodzenie, Wielkanoc, dzień poświęcony środowisku, taki jak Dzień Ziemi) przedmiotów, których uczniowie już nie używają (sweter, który już nie pasuje, książka, którą przeczytali). Zawiń prezenty w materiały nadające się do recyklingu (tkanina, papier). Zrób loterię, a każdy uczeń wybiera liczbę. Daj im możliwość zamiany, jeśli prezent im nie pasuje.
 |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | <https://www.epa.gov/recycle/reducing-and-reusing-basics#ideas><https://lessismore.org/materials/30-reuse-tips/> |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Czy naprawdę tego potrzebuję?"

Poproś uczniów, aby zamknęli oczy na kilka chwil i wzięli kilka głębokich oddechów.

Teraz poproś ich, aby przypomnieli sobie coś, co chcą kupić, chociaż mają już podobny przedmiot. Może to być nowy telefon, nowa torba lub nowy sweter.

Poproś ich, aby zadali sobie pytanie: Dlaczego ten nowy przedmiot jest dla mnie tak ważny? Jakie są powody, dla których chcę go mieć? Czy naprawdę tego potrzebuję? Dlaczego?

Krok 4: Wyznaczanie celów

Kontynuując poprzednie ćwiczenie, gdy uczniowie mają zamknięte oczy, poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieli sobie całe doświadczenie: od oglądania wideo, dyskusji, aktywności, głównych punktów, które się pojawiły, ćwiczenia uważności.

Następnie możesz zadać refleksyjne pytanie:

*"Mając to doświadczenie w swoim umyśle i sercu, jakie są rzeczy, które możesz zrobić w następnym tygodniu, aby przyczynić się do ponownego wykorzystania i zmniejszenia ilości odpadów?"*

Następnie poproś ich, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, do których mogą się zobowiązać w następnym tygodniu, aby przyczynić się do ponownego wykorzystania i zmniejszenia ilości odpadów osobistych.

Pokaż im przykład dziennego raportu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj następujące kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Przynieś z domu przedmiot, którego już nie potrzebujesz. Umieść go w miejscu, które każdy uczeń może zobaczyć. Poproś ich, aby napisali na kartce różne sposoby, w jakie można go ponownie wykorzystać. Poproś ich, aby byli kreatywni i używali wyobraźni. Poproś ich, aby codziennie patrzyli i używali go jako przypomnienia na następny tydzień o swoich codziennych celach.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zastanowili się, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić ich do dyskusji i dzielenia się przemyśleniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat ponownego wykorzystania i obniżenia ilości odpadów?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Zaproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz kontynuować?*

Na koniec przygotuj grunt pod zbadanie następnego tematu i zachęć ich, aby zobaczyli, jak uzupełnia się on z poprzednim.

**6. Recykling**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog (opcja dla uczniów w wieku 10–12 lat)

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Wyzwalaj myśli, pomysły i osobiste cele w zakresie recyklingu, rozumiejąc wpływ niektórych materiałów na środowisko. |
| Nazwa działania | "Recykling: zrób to dobrze!" |
| Zalecana grupa wiekowa | 10-12 |
| Szacowany czas trwania | 60' minut |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | * 5 dużych kartonów z supermarketu
* Papier, kolory, naklejki, klej
 |
| Etapy przygotowania |  |
| Opis działania krok po kroku | * Podziel uczniów na 5 grup
* Każda grupa wyszukuje w Internecie różne symbole recyklingu używane do: 1. papieru, 2. aluminium, 3. odpadów organicznych, 4. szkła, 5. plastiku
* Poproś ich, aby wyszukali jak najwięcej informacji, aby mogli rozróżnić, czy przedmiot nadaje się do recyklingu, nawet jeśli wiadomo, że jest wykonany z materiału, który nadaje się do recyklingu (na przykład z plastiku).
* Jeden członek grupy zapisuje wszystkie informacje i szczegóły.
* Wszyscy członkowie przyczyniają się do narysowania na kartce papieru przypisanego im symbolu recyklingu. Poproś uczniów, aby uczynili go atrakcyjnym, zachęcającym i zabawnym, dodając obrazy i słowa.
* Następnie za pomocą kleju przyklej papier do dużego kartonu. Umieść wszystkie pięć pudełek do recyklingu w miejscu, w którym wszyscy uczniowie mogą zobaczyć i używać.
* Przedyskutuj z uczniami, co zrobić z przedmiotami, które zbierają (kto stosuje się do oznaczeń na koszach poza szkołą, co zrobić, jeśli w pobliżu ich szkoły nie ma pojemników)
* Specjalnie w przypadku odpadów organicznych obejrzyj razem zalecenia i pomysły na ich rozkład (na przykład wideo: https://www.youtube.com/watch?v=eFlhYS-\_tpY)
* Poproś uczniów, aby wykorzystali informacje zebrane ze wszystkich grup, napisali ulotkę i rozdali ją innym klasom.
* Powinna zawierać przydatne informacje na temat symboli recyklingu i zachęcać innych uczniów, aby pamiętali o recyklingu i robili to dobrze.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * Jak się czujesz i jakie masz myśli po zakończeniu tej czynności?
* Dlaczego ta kwestia (recykling) jest ważna?
* Jakie są nowe pomysły lub odkrycia dotyczące tej kwestii?
* Co należy zrobić, aby codziennie prawidłowo poddawać różne przedmioty recyklingowi (burza mózgów)? Jeśli przytłaczające jest myślenie o tym problemie w skali globalnej, zastanów się, co można zrobić indywidualnie, w domach, szkołach?
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się z zajęć w swojej szkole, codziennym życiu, domu?
* Jak myślisz, dlaczego niektórzy ludzie nie angażują się w te działania? Co pomogłoby im zacząć?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się tym podzielisz?
* Czy chcesz dowiedzieć się więcej na ten temat?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania |  |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe |  |

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog (opcja dla uczniów w wieku 13–14 lat)

|  |  |
| --- | --- |
| Główny cel | Wyzwalaj myśli, pomysły i osobiste cele w zakresie recyklingu, rozumiejąc wpływ niektórych materiałów na środowisko. |
| Nazwa działania | "Analiza cyklu życia materiałów" |
| Zalecana grupa wiekowa | 13-14 |
| Szacowany czas trwania | 45' - 60' |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | dostęp do Internetu, papier, długopisy |
| Etapy przygotowania |  |
| Opis działania krok po kroku | * Podziel uczniów na grupy 3-5 osób.
* Każda grupa ma za zadanie wyszukać i przeprowadzić analizę cyklu życia materiałów, z którymi często się spotyka i których często używa
	+ kartonowe pudełka dostawcze,
	+ plastikowe butelki po napojach,
	+ aluminiowe puszki po napojach,
	+ torby plastikowe,
	+ folia spożywcza,
	+ makulatura.
* Poproś każdą grupę o przeprowadzenie analizy cyklu życia tego materiału, szukając informacji w Internecie. To, czego powinni się dowiedzieć, to pewna odmiana poniższych:
	+ Z jakiego zasobu naturalnego pochodzi ten materiał? (np. olej, ruda, drzewa itp.)
	+ Jak wygląda proces ekstrakcji i produkcji?
	+ Jaki wpływ mają te procesy na środowisko?
	+ Czy ten produkt można poddać recyklingowi?
	+ Jaki jest wpływ recyklingu lub składowania tego przedmiotu na środowisko?
	+ Jaki jest wpływ na środowisko tego przedmiotu, zaśmiecania lub przejścia do środowiska naturalnego?
	+ Ile lat zajmuje rozkład tego materiału, jeśli nadaje się do recyklingu?
* Poinstruuj uczniów, aby wykorzystali swoje odkrycia do zorganizowania krótkiej prezentacji dla klasy i określili, co zalecają w odniesieniu do stosowania tych produktów w życiu codziennym (szkoła, dom, zajęcia).
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * + Jak się czujesz po tej aktywności?
	+ Co myślisz na ten temat?
	+ Dlaczego ta kwestia jest ważna?
	+ Jakie są nowe pomysły lub odkrycia dotyczące tej kwestii?
	+ Co należy zrobić, aby rozwiązać problem środowiskowy indywidualnie, w naszych domach lub szkołach (burza mózgów)?
	+ Zapytaj i zachęć do zastanowienia się nad 1-3 konkretnymi działaniami, które uczniowie mogliby podjąć, aby pomóc rozwiązać ten problem.
	+ Co zrobią inaczej od dzisiaj?
	+ Czy są jakieś bariery lub trudności, z którymi ich zdaniem będą musieli się zmierzyć? Co będzie to trudne lub mylące? Jak zamierzają rozwiązać te trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów)
	+ Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się do swojej szkoły, codziennego życia, domu?
	+ Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się tym podzielisz?
 |
| Potencjalne przeszkody | Nauczyciel powinien zaoferować pomoc podczas badania danych i pamiętać o głównych pytaniach, na które należy odpowiedzieć.Jeśli czas nie wystarczy, mogą dalej eksplorować jako pracę domową. |
| Dodatkowe pomysły na działania | Zachęć uczniów do przedstawienia prezentacji rodzicom, przyjaciołom itp. |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | Sekretne życie smartfona:<https://www.epa.gov/sites/default/files/2015-06/documents/smart_phone_infographic_v4.pdf>Sekretne życie piłki nożnej:<https://www.epa.gov/sites/default/files/2015-09/documents/the_life_of_a_soccer_ball.pdf>Cykl życia płyty CD lub DVD: <https://nepis.epa.gov/Exe/ZyPDF.cgi/P1001UU0.PDF?Dockey=P1001UU0.PDF> |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Współczucie dla natury i wszystkich istot"

Poproś uczniów, aby usiedli wygodnie i zamknęli oczy oraz wzięli kilka głębokich oddechów.

Poprowadź ich spokojnym tonem głosu, aby przywołać na myśl obraz natury. To może być cokolwiek, nie trzeba zmuszać się do wymyślenia czegoś konkretnego. Tylko pierwszy obraz, który przychodzi na myśl, gdy słyszą słowo "natura".

Zachęć ich, aby poczuli wdzięczność za naturę i wszystko, co nam daje. Uznanie dla słońca, światła, morza, ogromu nieba, tlenu, wody pitnej...

Wszystko, co daje nam natura... [Pauza]

Teraz poproś uczniów, aby przypomnieli sobie dzikie zwierzę. Nie musza myśleć o czymś konkretnym, tylko o pierwszym dzikim zwierzęciu, które przychodzi na myśl.

Obserwujcie je, jak się rodzi, jak matka się nim opiekuje, jak rośnie i dojrzewa, starając się żyć swoim życiem, mieć dzieci i zapewnić im utrzymanie.

Zobaczcie, że człowiek i dzikie zwierzę mają te same cele... żyć swoim życiem, troszczyć się o swoich bliskich... Odczuwajcie współczucie dla niego, dla trudności, które napotka, dla zmagań, które będzie mieć w życiu.

Poproś uczniów, aby zobaczyli swój obraz w naturze. Obraz siebie będąc blisko natury. Pozwól poczuć słońce na twarzy, chłodną bryzę na włosach, ciepło piasku, zapach drzew i mokrej ziemi.

Pozostańcie z tym obrazem przez jakiś czas.

Krok 4: Wyznaczanie celów

Kontynuując poprzednie ćwiczenie, gdy uczniowie mają zamknięte oczy, poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieć sobie całe doświadczenie: od oglądania wideo, dyskusji, aktywności, głównych punktów, które się pojawiły, po ćwiczenie uważności.

Następnie poproś ich, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, do których mogą się zobowiązać w następnym tygodniu, aby przyczynić się do osiągnięcia celu recyklingu.

Pokaż im przykład dziennego raportu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj następujące kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Umieść w miejscu, w którym wszyscy uczniowie mogą zobaczyć i wykorzystać pudełka, które wykonałeś do recyklingu (ćwiczenie 1). Poproś uczniów, aby używali ich jako przypomnienia o swoich osobistych celach i używali ich codziennie, gdy są w szkole.

Umieść w miejscu, w którym wszyscy uczniowie mogą zobaczyć symbole recyklingu (ćwiczenie 2). Poproś ich, aby używali go jako przypomnienia o swoich codziennych osobistych celach.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić ich, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zastanowili się, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić ich do dyskusji i dzielenia się przemyśleniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat recyklingu, jego znaczenia i tego, jak ważne jest, aby robić to dobrze?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Zaproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz kontynuować?*

Na koniec przygotuj grunt pod zbadanie następnego tematu i zachęć ich, aby zobaczyli, jak uzupełnia się on z poprzednim.

**7. Właściwe zarządzanie materiałami nienadającymi się do recyklingu**

Krok 1: Obejrzyj film razem z uczniami, a następnie zaproś do krótkiej dyskusji

Pytania wywołujące myśli i promujące dialog

* *"O czym słyszałeś...?"*
* *Jakie są główne konsekwencje?*
* *Jakie konsekwencje wpływają na nas w chwili obecnej?*
* *Jakie są prognozy na przyszłość?*
* *Które aspekty problemu zostały wyróżnione w filmie?*
* *Co wiesz i co sądzisz o tym problemie?*
* *Czy jest to coś, co znasz? A może coś, czego nie wiesz i chcesz dowiedzieć się więcej?*
* *Zapytaj i zbadaj, co uczniowie myślą o tym problemie środowiskowym (Pełen nadziei? Bezradny?).*

*Dialog powinien być krótki i głównie jako wprowadzenie do tematu. Podsumuj główne wnioski. Uczniowie będą mieli możliwość dalszej dyskusji w trakcie i po zakończeniu działania.*

Krok 2: Aktywność i konstruktywny dialog

|  |  |
| --- | --- |
| Temat przewodni | Edukacja na temat materiałów nadających się do recyklingu i nienadających się do recyklingu oraz zarządzania każdym z nich. Wyzwalaj myśli, pomysły i osobiste cele, aby mądrze zarządzać używaniem przedmiotów codziennego użytku.  |
| Nazwa działania | "Bądźmy kreatywni!” |
| Zalecana grupa wiekowa | 10-14 |
| Szacowany czas trwania | 60 minut |
| Materiały eksploatacyjne / materiały | Farby, markery, pędzle, akwarele i inne materiały malarskie, które masz do dyspozycji, stare gazety lub czasopisma i różne, pozornie bezużyteczne przedmioty / materiały, które można wykorzystać w dziele sztuki. |
| Etapy przygotowania | Poproś uczniów, aby przynieśli z domu przedmioty, które zamierzali wyrzucić i które mogą zostać wykorzystane w projekcie artystycznym (plastikowe butelki, puszki aluminiowe, szklane butelki, pudełka itp.). |
| Opis działania krok po kroku | * Przedstaw informacje na temat różnicy materiałów nadających się do recyklingu i nienadających się do recyklingu. Pokaż uczniom znak materiałów nadających się do recyklingu i jak ważne jest ich poszukiwanie przed podjęciem decyzji, gdzie coś wyrzucić.
* Poproś ich, aby zbadali wartość obniżenia ilości odpadów poprzez wykorzystanie niektórych przedmiotów w alternatywny sposób.
* Podziel uczniów na grupy i poproś ich, aby wykorzystali przedmioty, które przynieśli kreatywnie, do stworzenia dzieł sztuki.
* Każda grupa znajduje tytuł dla swojej pracy, przedstawia ją innym grupom i wyjaśnia, co ich praca symbolizuje w odniesieniu do koncepcji gospodarowania naszymi codziennymi odpadami.
 |
| Zalecane pytania dotyczące promowania dialogu po ćwiczeniu | * Dlaczego ta kwestia (znajomość różnicy między przedmiotami nadającymi się do recyklingu i nienadającymi się do recyklingu, utylizacja rzeczy w inny sposób, redukcja odpadów, właściwe gospodarowanie codziennymi odpadami itp.) jest ważna?
* Jakie są nowe pomysły lub odkrycia dotyczące tej kwestii? (Podkreśl, jak ważne jest zastanowienie się przed wyrzuceniem czegoś).
* Co można zrobić, aby przyczynić się do procesu recyklingu i ogólnie do zmniejszenia ilości odpadów?
* Co zamierzasz robić inaczej od dzisiaj? (Poproś uczniów o burzę mózgów. Napisz na tablicy ich pomysły
* Czy są jakieś bariery lub trudności, z którymi ich zdaniem będą musieli się zmierzyć? Co będzie trudne lub mylące? Jak zamierzają rozwiązać te trudności? (Zachęcaj do rozwiązywania problemów).
* Jak możesz włączyć to, czego nauczyłeś się do swojej szkoły, codziennego życia, domu?
* Czego się nauczyłeś, czym chcesz się podzielić z kimś innym? Z kim się tym podzielisz?
* Czy można zacząć od tego momentu? Na przykład, co zrobisz ze swoimi odpadami podczas przerwy?
 |
| Potencjalne przeszkody |  |
| Dodatkowe pomysły na działania | * Możesz zorganizować wystawę powstałych dzieł sztuki.
* Alternatywnie, instrukcją dla uczniów może być stworzenie plakatu / infografiki na temat związany z redukcją odpadów i podzielenie się tym, czego się nauczyli poprzez tworzenie infografiki. W takim przypadku potrzebny będzie papier plakatowy (po jednym na grupę) i markery (jeden zestaw na grupę). Następnie każda grupa udostępnia i omawia swoją infografikę reszcie klasy. Działanie kończy się dyskusją na temat potrzeby redukcji odpadów, w domu i w społeczności.
* Alternatywnym pomysłem może być nakłonienie uczniów do zrobienia zdjęć na temat najlepszych praktyk dotyczących recyklingu i właściwego gospodarowania materiałami nienadającymi się do recyklingu oraz zorganizowanie wystawy fotograficznej w szkole. W takim przypadku będziesz potrzebować aparatów lub telefonów komórkowych z aparatem. Uczniowie mogą robić realistyczne lub bardziej artystyczne zdjęcia na ten temat, a oni przyniosą je do szkoły, gdzie wszyscy razem wybiorą najlepsze z nich. Będziesz potrzebował projektora i drukarki tylko do zdjęć wybranych na wystawę. Uczniowie mogą udostępniać za pośrednictwem Instagrama lub innych mediów społecznościowych najlepsze zdjęcia z odpowiednimi hashtagami, aby promować swoją pracę.
* Kolejnym pomysłem może być rzeźba artystyczna z recyklingu z materiałów nadających się do recyklingu i / lub nienadających się do recyklingu.
 |
| Bezpłatne zasoby i polecane strony internetowe | <https://www.youtube.com/watch?v=USlstkrM4fc><https://www.youtube.com/watch?v=7ZYlN5C0aVM><https://www.youtube.com/watch?v=9tfKFYmIJ-o><https://www.youtube.com/watch?v=HkHEJEzMKwc> |

Krok 3: Ćwiczenia uważności – "Po prostu zatrzymaj się"

Poproś uczniów, aby usiedli wygodnie i zamknęli oczy oraz wzięli kilka głębokich oddechów.

Poprowadź ich spokojnym tonem głosu, aby przypomnieli sobie oznaczenia materiałów nadających się do recyklingu, których nauczyli się podczas poprzedniego ćwiczenia. [Pauza]

Teraz poproś ich, aby wyobrazili sobie, że są przed koszem gotowym do przejścia przez coś. Poproś ich, aby wzięli głęboki oddech i po prostu się zatrzymali.

Zanim to zrobią, poproś ich, aby zadali sobie następujące pytania:

*Czy wiem, gdzie to usunąć, nie wpływając negatywnie na środowisko?*

*Jeśli to możliwe, jak mógłbym to wykorzystać, zamiast to wyrzucać?*

Krok 4: Wyznaczanie celów

Kontynuując poprzednie ćwiczenie, gdy uczniowie mają zamknięte oczy, poprowadź ich, spokojnym tonem głosu, aby przypomnieli sobie całe doświadczenie: od oglądania wideo, dyskusji, aktywności, głównych punktów, które się pojawiły, po ćwiczenie uważności.

Następnie możesz zadać refleksyjne pytanie:

*"Kiedy masz to doświadczenie w swoim umyśle i sercu, jakie są rzeczy, które możesz zrobić w następnym tygodniu, aby właściwie zarządzać materiałami nienadającymi się do recyklingu?* "

Poproś ich, aby otworzyli oczy i zapisali 1-3 rzeczy, które mogą zrobić w następnym tygodniu, aby przyczynić się do właściwego zarządzania materiałami nienadającymi się do recyklingu.

Pokaż im przykład dziennego raportu, aby śledzić ich postępy. Dostosuj następujące kwestie, jeśli uczniowie są gotowi zaangażować się na 2 tygodnie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Mój osobisty plan zobowiązań** | Działanie 1 | Działanie 2 | Działanie 3 |
| Poniedziałek |  |  |  |
| Wtorek |  |  |  |
| Środa |  |  |  |
| Czwartek |  |  |  |
| Piątek |  |  |  |
| Sobota |  |  |  |
| Niedziela |  |  |  |

Krok 5: Przypomnienie

Umieść w miejscu, w którym wszyscy uczniowie mogą zobaczyć dzieła sztuki, które stworzyli podczas ćwiczenia. Zachęcaj ich codziennie, aby patrzyli i używali ich jako przypomnienia o zaangażowaniu się w swoje osobiste cele.

Krok 6: Krótka dyskusja po tygodniu

Po tygodniu (lub dwóch) wróć do poprzedniego tematu, najpierw łącząc z nim uczniów. Możesz po prostu pokazać im przypomnienie tematu i poprosić ich, aby zamknęli oczy, wzięli oddech i zastanowili się, jakie myśli i uczucia pojawiają się teraz na ten temat.

Po krótkiej przerwie poproś ich, aby wzięli kolejny oddech, aby otworzyli oczy i podzielili się swoimi przemyśleniami.

Możesz zachęcić ich do dyskusji i dzielenia się przemyśleniami, zadając pytania, takie jak:

* *Co zauważyłeś w ciągu tygodnia, który nastąpił po naszych działaniach i dyskusji na temat właściwego zarządzania materiałami nienadającymi się do recyklingu?*
* *Czy zrobiłeś coś inaczej?*
* *Czy podążałeś za swoimi osobistymi celami, a jeśli nie, jakie trudności napotkałeś?*
* *Czy próbowałeś pokonać te trudności i jak?* (Możesz poprosić uczniów o burzę mózgów i rozwiązywanie problemów w zależności od trudności. Zaproś ich, aby pomagali sobie nawzajem, dzieląc się pomysłami)
* *Czy chcesz dodać coś nowego do swojej listy osobistych celów lub wprowadzić do niej zmiany, aby była wykonalna?*
* *Jak chcesz kontynuować?*

***"Uwaga dla siebie"***

Po ukończeniu 7 tematów poświęć trochę czasu na omówienie z klasą całego ich doświadczenia (filmy, zajęcia, dyskusja grupowa, ćwiczenia uważności i osobisty plan). Poproś ich, aby podzielili się swoimi przemyśleniami i uczuciami. Poproś ich również, aby zaproponowali, w jaki sposób mogą kontynuować te działania jako jednostki i jako grupa, aby pracować nad celem, jakim jest dokonywanie zrównoważonych wyborów dotyczących stylu życia.

Zapytaj ich, co zabierają dla siebie z całego doświadczenia.

Następnie poproś ich, aby pozostali przez kilka chwil w ciszy i pomyśleli, co jest ważne, aby pamiętać w kolejnych tygodniach, aby nadal pracowali nad swoimi osobistymi celami.

Poproś ich, aby zapisali na kartce wszystkie swoje myśli i pomysły, aby utrzymać właściwe zaangażowanie. Mogą napisać to jako notatkę dla siebie, umieścić datę i podpisać jako symbol odnowionego zaangażowania.

Zachęć ich, aby trzymali go w miejscu, w którym mogą go regularnie widzieć i czytać (np. w plecaku).

Podziękuj wszystkim uczniom za ich ciężką pracę, wkład i kreatywność!

Zrób zdjęcie ze wszystkimi uczniami i dołącz nasiona, które sadzicie razem na początku tej interwencji.

Odkryj, po 7 tygodniach, jak urosły!



Udostępnij swoje zdjęcie innym szkołom uczestniczącym w projekcie.