ZESTAW ĆWICZEŃ KREATYWNYCH UNPLUGGED

Cotygodniowe zakupy spożywcze

W tym ćwiczeniu uczestnicy wcielają się w rolę osób odpowiedzialnych za cotygodniowe zakupy spożywcze przy ograniczonym budżecie. Każdy zespół otrzymuje profil gospodarstwa domowego (np. liczbę domowników, potrzeby żywieniowe, preferencje) oraz listę dostępnych produktów wraz z ich cenami, ilościami oraz podstawowymi informacjami o wartościach odżywczych lub cechach praktycznych.

Wyzwanie polega na stworzeniu zbilansowanej i realistycznej listy zakupów, która zaspokoi potrzeby gospodarstwa domowego i nie przekroczy założonego budżetu. Uczestnicy muszą określić priorytetowe produkty, iść na kompromisy oraz zdecydować, jak efektywnie rozdzielić swoje ograniczone zasoby finansowe.

Co-funded by the European Union

CC BY NC SA

Projekt ten został współfinansowany ze środków programu ERASMUS+ Komisji Europejskiej. Niniejsza publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów, a Komisja Europejska oraz SEPIE nie ponoszą odpowiedzialności za jakiekolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

Zakres tematyczny

Planowanie budżetu domowego i codzienne zarządzanie zasobami

Czas trawania

60 min

Poziom

Początkujący

Grupa docelowa

- ☑ Nisko wykwalifikowane osoby dorosłe o niskich kompetencjach cyfrowych
- ☑ Nisko wykwalifikowane osoby dorosłe z ograniczonym formalnym wykształceniem lub kwalifikacjami
- ☑ Nisko wykwalifikowane osoby dorosłe o niskim poziomie uczestnictwa w uczeniu się przez całe życie

Cele kształcenia

- Analizowanie potrzeb i ograniczeń gospodarstwa domowego podczas planowania listy zakupów.
- Stosowanie dekompozycji do podziału zadania na kategorie, takie jak rodzaje żywności, budżet i ilości.
- Rozpoznawanie wzorców w powtarzającej się konsumpcji oraz podstawowych artykułach.
- Wykorzystywanie abstrakcji, aby skupić się na kluczowych czynnikach, takich jak koszt, konieczność i równowaga odżywcza.

Wykorzystane elementy myślenia komputacyjnego

- ☐ Dekompozycja
- ☑ Rozpoznawanie wzorców
- ☑ Abstrahowanie
- ☑ Myślenie algorytmiczne

Podejście metodologiczne

- ☐ Gamifikacja
- ☑ Nauczanie oparte na wyzwaniach
- ☐ Uczenie się we współpracy
- ☐ Uczenie się przez doświadczenie

- Opracowywanie ustrukturyzowaną strategię pozwalającą na utrzymanie się w ograniczonym budżecie.

Obszar kompetencji

a) Kompetencje innowacyjne

- ☑ Kreatywność
- ☑ Myslenie krytyczne
- ☑ Rozwiązywanie problemów
- ☐ Komunikacja
- ☐ Praca zespołowa

b) Kompetencje w zakresie umiejętności informacyjnych

- ☑ Zdolność do uzyskiwania dostępu do informacji, ich rozumienia oraz krytycznej analizy
- ☐ Interpretacja treści cyfrowych i wizualnych
- ☐ Świadomość wpływu mediów i stronniczości przekazu biases

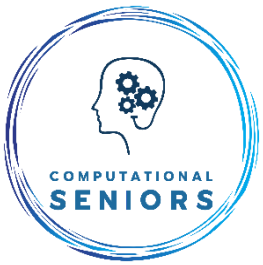
c) Kompetencje życiowe I zawodowe

- ☐ Elastyczność i możliwości adaptacji
- ☑ Inicjatywa i autonomia
- ☐ Umiejętności społeczne i kompetencje międzykulturowe
- ☑ Produktywność
- ☐ Przywództwo i odpowiedzialność

Efekty uczenia się:

- Opracowywanie planu alokacji zasobów zgodnego ze zdefiniowanymi ograniczeniami (np. budżetem i potrzebami gospodarstwa domowego).
- Przekładanie (lub Stawianie) artykułów pierwszej potrzeby nad te mniej istotne na podstawie jasnych kryteriów.
- Identyfikowanie wzorców w powtarzającej się konsumpcji oraz potrzebach gospodarstwa domowego w celu podejmowania świadomych decyzji planistycznych.
- Stosowanie dekompozycji i abstrakcji do upraszczania złożonych decyzji budżetowych i planistycznych.
- Dokonywanie uzasadnionych kompromisów podczas

		przydzielania ograniczonych zasobów. Uwagi: ● Zapewnij jasny, ale ograniczony budżet, aby wymusić ustalanie priorytetów i kompromisy. ● Uwzględnij różnorodne produkty o różnych cenach, ilościach i poziomach niezbędności (artykuły podstawowe vs. produkty opcjonalne). ● Unikaj nadmiernych szczegółów dietetycznych lub technicznych – skup się na procesie podejmowania decyzji, a nie na eksperckiej wiedzy o planowaniu diety. ● Upewnij się, że wszystkie pożądane artykuły nie zmieszczą się w budżecie, aby stworzyć realne i odczuwalne ograniczenia. ● Zachęcaj uczestników do grupowania artykułów w kategorie (np. białka, warzywa, produkty podstawowe) jeszcze przed wyborem konkretnych produktów. ● Dopuść wiele poprawnych rozwiązań w zależności od przyjętych priorytetów (oszczędność kosztów vs. różnorodność vs. wartości odżywcze). ● Wprowadź opcjonalne „karty zdarzeń” (np. wzrost cen, niespodziewany gość, oferta rabatowa), aby zwiększyć poziom trudności ćwiczenia.





Co-funded by the European Union

Cotygodniowe zakupy spożywcze

Krok 1. Zrozumienie potrzeb i ograniczeń

Uczestnicy otrzymują profil gospodarstwa domowego (np. liczbę domowników, podstawowe potrzeby, preferencje) wraz ze stałym budżetem tygodniowym oraz listą dostępnych artykułów spożywczych z cenami.

Przeglądają te informacje i określają, co jest niezbędne na dany tydzień (np. podstawowe posiłki, artykuły pierwszej potrzeby), a co jest opcjonalne.

Kluczowy aspekt myślenia komputacyjnego: Abstrahowanie – skupienie się na kluczowych czynnikach, takich jak budżet, konieczność i ilość, przy jednoczesnym ignorowaniu mniej istotnych szczegółów.

Krok 2: Identyfikowanie wzorców i planowanie listy

Uczestnicy analizują powtarzające się wzorce konsumpcji (np. codzienne posiłki, produkty podstawowe, takie jak ryż, warzywa czy źródła białka) i wykorzystują te schematy do ustrukturyzowania swojej listy zakupów.

Rozpoczynają wybór artykułów, biorąc pod uwagę częstotliwość ich używania oraz to, w jaki sposób przyczyniają się one do zaspokojenia tygodniowych potrzeb.

Kluczowy aspekt myślenia komputacyjnego: Rozpoznawanie wzorców – identyfikowanie regularnych nawyków konsumpcyjnych w celu prowadzenia efektywnego planowania

Krok 3: Stworzenie i uzasadnienie ostatecznej listy zakupów

Uczestnicy finalizują swoją listę zakupów, upewniając się, że mieści się ona w budżecie, a jednocześnie zaspokaja podstawowe potrzeby. Na tym etapie mogą być zmuszeni do pójścia na kompromisy poprzez usunięcie lub zastąpienie niektórych artykułów.

Prezentują i uzasadniają swoje decyzje, wyjaśniając, w jaki sposób zrównoważyli koszty, konieczność zakupu poszczególnych produktów oraz ich różnorodność.

Kluczowy element myslenia komputacyjnego: Myślenie

		algorytmiczne – zastosowanie jasnej, etapowej strategii podejmowania decyzji zakupowych w warunkach określonych ograniczeń.