ΜΑΘΗΣΙΑΚΟ ΚΟΥΤΙ ΑΠΟΣΥΝΔΕΔΕΜΕΝΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Τα εβδομαδιαία ψώνια παντοπωλείου

Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες αναλαμβάνουν το ρόλο της διαχείρισης μιας εβδομαδιαίας εργασίας για ψώνια παντοπωλείου με περιορισμένο προϋπολογισμό. Τους δίνεται ένα προφίλ νοικοκυριού (π.χ. αριθμός ατόμων, διατροφικές ανάγκες, προτιμήσεις) και μια λίστα με τα διαθέσιμα προϊόντα με τιμές, ποσότητες και βασικές διατροφικές ή πρακτικές πληροφορίες.

Η πρόκληση είναι να δημιουργηθεί μια ισορροπημένη και ρεαλιστική λίστα παντοπωλείων που να καλύπτει τις ανάγκες του νοικοκυριού χωρίς να υπερβαίνει τον προϋπολογισμό. Οι συμμετέχοντες πρέπει να δώσουν προτεραιότητα σε βασικά είδη, να κάνουν συμβιβασμούς και να αποφασίσουν πώς να κατανείμουν αποτελεσματικά τους περιορισμένους πόρους τους.

Αυτό το έργο συγχρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη του προγράμματος ERASMUS+ της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων της και ούτε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ούτε ο SEPIE μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Θέμα

Προϋπολογισμός νοικοκυριού και καθημερινή διαχείριση πόρων

Διάρκεια

60 λεπτά

Ομάδα-στόχος

- ☑ Ενήλικες χαμηλής ειδίκευσης με χαμηλές ψηφιακές ικανότητες
- ☑ Ενήλικες χαμηλής ειδίκευσης με περιορισμένη τυπική εκπαίδευση ή προσόντα
- ☑ Ενήλικες χαμηλής ειδίκευσης με χαμηλή συμμετοχή σε ευκαιρίες δια βίου μάθησης / κατάρτισης

Μαθησιακοί στόχοι

- Αναλύστε τις ανάγκες και τους περιορισμούς του νοικοκυριού όταν σχεδιάζετε μια λίστα παντοπωλείων.
- Εφαρμόστε ανάλυση για να αναλύσετε την εργασία σε κατηγορίες όπως τύποι τροφίμων, προϋπολογισμός και ποσότητες.
- Αναγνωρίστε μοτίβα επαναλαμβανόμενης κατανάλωσης και βασικών ειδών.
- Χρησιμοποιήστε την αφαίρεση για να εστιάσετε σε βασικούς παράγοντες όπως το κόστος, η αναγκαιότητα και η διατροφική ισορροπία.

Επίπεδο

Αρχάριο

Βήματα υπολογιστικής σκέψης που χρησιμοποιούνται

- ☐ Αποσύνθεση
- ☑ Αναγνώριση προτύπων
- ☑ Αφαίρεση
- ☑ Αλγοριθμική σκέψη

Μεθοδολογική Προσέγγιση

- ☐ Παιχνιδοποίηση
- ☑ Μάθηση με βάση τις προκλήσεις
- ☐ Συνεργατική μάθηση
- ☐ Βιωματική μάθηση

- Αναπτύξτε μια δομημένη στρατηγική για να παραμείνετε εντός περιορισμένου προϋπολογισμού.

Τομείς Αρμοδιότητας

α) Ικανότητες καινοτομίας

- ☑ Δημιουργικότητα
- ☑ Κριτική σκέψη
- ☑ Επίλυση προβλήματος
- ☐ Επικοινωνία
- ☐ Συνεργασία

β) Ικανότητες Πληροφοριακής Παιδείας

- ☑ Ικανότητα πρόσβασης, κατανόησης και κριτικής ανάλυσης πληροφοριών
- ☐ Ερμηνεία ψηφιακού και οπτικού περιεχομένου
- ☐ Επίγνωση της επιρροής και των προκαταλήψεων των μέσων ενημέρωσης

γ) Ικανότητες ζωής και σταδιοδρομίας

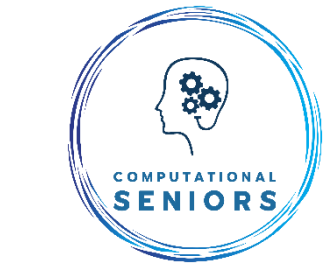
- ☐ Ευελιξία και προσαρμοστικότητα
- ☑ Πρωτοβουλία και αυτονομία
- ☐ Κοινωνικότητα και διαπολιτισμική ικανότητα
- ☑ Παραγωγικότητα
- ☐ Ηγεσία και υπευθυνότητα

Μαθησιακά Αποτελέσματα

- Αναπτύξτε ένα σχέδιο κατανομής πόρων που ταιριάζει σε καθορισμένους περιορισμούς (π.χ. προϋπολογισμός και ανάγκες νοικοκυριού)
- Δώστε προτεραιότητα στα βασικά είδη έναντι των μη βασικών με βάση ρητά κριτήρια
- Προσδιορίστε τα πρότυπα στην επαναλαμβανόμενη κατανάλωση και τις ανάγκες του νοικοκυριού για να ενημερώσετε τις αποφάσεις σχεδιασμού
- Εφαρμόστε ανάλυση και αφαίρεση για να απλοποιήσετε πολύπλοκες αποφάσεις προϋπολογισμού και σχεδιασμού
- Κάντε δικαιολογημένους συμβιβασμούς κατά την κατανομή περιορισμένων πόρων

Σημειώσεις

- Παρέχετε έναν σαφή αλλά περιορισμένο προϋπολογισμό για να επιβάλλετε ιεράρχηση προτεραιοτήτων και συμβιβασμούς.
- Συμπεριλάβετε μια ποικιλία προϊόντων με διαφορετικές τιμές, ποσότητες και επίπεδα ανάγκης (βασικά έναντι προαιρετικών ειδών).
- Αποφύγετε τις υπερβολικές διατροφικές ή τεχνικές λεπτομέρειες. επικεντρωθείτε στη λήψη αποφάσεων, όχι στην εξειδίκευση στον προγραμματισμό διατροφής.
- Βεβαιωθείτε ότι δεν μπορούν όλα τα επιθυμητά στοιχεία να χωρέσουν στον προϋπολογισμό για να δημιουργήσετε ουσιαστικούς περιορισμούς.
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να ομαδοποιήσουν τα είδη σε κατηγορίες (π.χ. πρωτεΐνες, λαχανικά, βασικά προϊόντα) πριν επιλέξουν προϊόντα.
- Επιτρέψτε πολλαπλές έγκυρες λύσεις ανάλογα με τις προτεραιότητες (εξοικονόμηση κόστους έναντι ποικιλίας έναντι διατροφής).
- Εισαγάγετε προαιρετικές «κάρτες εκδηλώσεων» (π.χ. αύξηση τιμής, απροσδόκητος επισκέπτης, προσφορά έκπτωσης) για να αυξήσετε την πολυπλοκότητα.



Co-funded by
the European Union

Τα εβδομαδιαία ψώνια παντοπωλείου

Βήμα 1: Κατανοήστε τις ανάγκες και τους περιορισμούς

Οι συμμετέχοντες λαμβάνουν ένα προφίλ νοικοκυριού (π.χ. αριθμός ατόμων, βασικές ανάγκες, προτιμήσεις) μαζί με έναν σταθερό εβδομαδιαίο προϋπολογισμό και μια λίστα με τα διαθέσιμα είδη παντοπωλείου με τιμές.

Εξετάζουν τις πληροφορίες και ορίζουν τι είναι απαραίτητο για την εβδομάδα (π.χ. βασικά γεύματα, βασικά τρόφιμα) σε σχέση με το τι είναι προαιρετικό.

Εστίαση στην υπολογιστική σκέψη: Αφαίρεση, εστίαση σε βασικούς παράγοντες όπως ο προϋπολογισμός, η αναγκαιότητα και η ποσότητα, ενώ αγνοούνται λιγότερο σχετικές λεπτομέρειες.

Βήμα 2: Προσδιορίστε μοτίβα και σχεδιάστε τη λίστα

Οι συμμετέχοντες αναλύουν επαναλαμβανόμενα πρότυπα κατανάλωσης (π.χ. καθημερινά γεύματα, βασικά τρόφιμα όπως ρύζι, λαχανικά ή πηγές πρωτεΐνης) και χρησιμοποιούν αυτά τα μοτίβα για να δομήσουν τη λίστα με τα παντοπωλεία τους.

Αρχίζουν να επιλέγουν αντικείμενα ενώ εξετάζουν πόσο συχνά χρησιμοποιούνται και πώς συμβάλλουν στην κάλυψη των εβδομαδιαίων αναγκών.

Εστίαση υπολογιστικής σκέψης: Αναγνώριση προτύπων, εντοπισμός τακτικών καταναλωτικών συνηθειών για την καθοδήγηση αποτελεσματικού σχεδιασμού.

Βήμα 3: Δημιουργήστε και αιτιολογήστε την τελική λίστα αγορών

Οι συμμετέχοντες οριστικοποιούν τη λίστα με τα παντοπωλεία τους, διασφαλίζοντας ότι παραμένει εντός του προϋπολογισμού ενώ καλύπτει βασικές ανάγκες. Ίσως χρειαστεί να κάνουν συμβιβασμούς αφαιρώντας ή αντικαθιστώντας αντικείμενα.

Παρουσιάζουν και αιτιολογούν τις αποφάσεις τους, εξηγώντας πώς εξισορρόπησαν το κόστος, την αναγκαιότητα και την ποικιλία.

Εστίαση στην υπολογιστική σκέψη: Αλγοριθμική σκέψη, εφαρμογή μιας σαφούς, βήμα προς βήμα στρατηγικής για τη λήψη αποφάσεων αγοράς υπό περιορισμούς.

ΚΑΡΤΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Τα εβδομαδιαία ψώνια παντοπωλείου

Κατηγορίες καρτών

Προφίλ

Προϊόντα παντοπωλείου

Προϋπολογισμός

Επίπεδο προτεραιότητας

Απαραίτητο
Εξαιρετικά απαραίτητο να ληφθεί υπόψη

Υψηλό
Σημαντικό

Μεσαίο
Χρήσιμο να ληφθεί υπόψη

Αυτό το έργο συγχρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη του προγράμματος ERASMUS+ της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων της και ούτε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ούτε ο SEPIE μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Εκτυπώστε και κόψτε τις κάρτες στις ακόλουθες διαφάνειες για να τις χρησιμοποιήσετε στη δραστηριότητα.

Co-funded by the European Union

ΤΕΤΡΑΜΕΛΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Μέλη: 2 ενήλικες, 2 παιδιά

Εβδομαδιαίος Προϋπολογισμός: €90

Ειδικές ανάγκες:

- Ένα παιδί έχει δυσανεξία στη λακτόζη.
- Η οικογένεια προτιμά σπιτικά γεύματα.

ΜΟΝΟΣ ΕΝΗΛΙΚΑΣ

Μέλη: 1 ενήλικας

Εβδομαδιαίος Προϋπολογισμός: €40

Ειδικές ανάγκες:

- Εργάζεται με πλήρη απασχόληση.
- Χρειάζεται γρήγορα και εύκολα γεύματα.

ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟ ΖΕΥΓΑΡΙ

Μέλη: 2 ενήλικες

Εβδομαδιαίος Προϋπολογισμός: €60

Ειδικές ανάγκες:

- Προτιμήστε φρέσκα φρούτα και λαχανικά.
- Χρειάζεστε προϊόντα με χαμηλή περιεκτικότητα σε αλάτι.

ΦΟΙΤΗΤΙΚΟ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ

Μέλη: 3 φοιτητές

Εβδομαδιαίος Προϋπολογισμός: €75

Ειδικές ανάγκες:

- Περιορισμένη εμπειρία μαγειρέματος.
- Προτιμήστε φθηνά γεύματα.

ΨΩΜΙ

ΤΙΜΗ: €2

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΒΑΣΙΚΑ

ΡΥΖΙ (1 ΚΙΛΟ)

ΤΙΜΗ: €3

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΒΑΣΙΚΑ

ΖΥΜΑΡΙΚΑ (500 ΓΡ.)

ΤΙΜΗ: €2

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΒΑΣΙΚΑ

ΓΑΛΑ

ΤΙΜΗ: €2

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΒΑΣΙΚΑ

ΓΑΛΑ ΧΩΡΙΣ ΛΑΚΤΟΖΗ

ΤΙΜΗ: €3

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

ΑΥΓΑ (12)

ΤΙΜΗ: €4

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΠΡΩΤΕΪΝΗ

ΣΤΗΘΟΣ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ

ΤΙΜΗ: €8

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΠΡΩΤΕΪΝΗ

ΦΑΣΟΛΙΑ ΚΟΝΣΕΡΒΑ

ΤΙΜΗ: €2

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΠΡΩΤΕΪΝΗ

ΦΡΕΣΚΑ ΨΑΡΙΑ

ΤΙΜΗ: €10

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΠΡΩΤΕΪΝΗ

ΜΗΛΑ (1 ΚΙΛΟ)

ΤΙΜΗ: €3

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΦΡΟΥΤΑ

ΜΠΑΝΑΝΕΣ (1 ΚΙΛΟ)

ΤΙΜΗ: €2

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΦΡΟΥΤΑ

ΝΤΟΜΑΤΕΣ

ΤΙΜΗ: €3

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΛΑΧΑΝΙΚΑ

ΔΙΑΘΕΣΙΜΟΣ ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ

Συνολικός Προϋπολογισμός:

€ _____

ΧΡΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΔΑΠΑΝΗΘΗΚΑΝ

Τρέχον Σύνολο:

€ _____

ΧΡΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΑΠΟΜΕΝΟΥΝ

€ _____