

אל תבלבלו אותי

במערכי השיעור "אל תבלבלו אותי" יבחנו התלמידים את הידע המוקדם שיש להם אודות מוצרי מזון



הקדמה:

אוכל, שתיה והאופן שבו אנו צורכים אותם הם חלק מתרבות אכילה שלמה שיש לה היבטים חברתיים, רגשיים וסמליים. במערכי השיעור "אל תבלבלו אותי" יבחנו התלמידים את הידע המוקדם שיש להם אודות מוצרי מזון, יפתחו מודעות להבדל בין מאכל טבעי למעובד ולעצם קיומם של צבעי מאכל, חומרי טעם וריח.

מטרות:

1. התלמידים יכירו מושגים כגון: מזון מעובד, צבעי מאכל וחומרי טעם וריח.
2. התלמידים ילמדו מהו מקור מידע.
3. התלמידים יכירו הבדלים בין סוגים שונים של מקורות מידע.

משך זמן



45 דק'

גיל



א' - ב'

התאמה לתחומי דעת



גוף אדם, חינוך גופני, כישורי חיים שפה

ידע מוקדם



לא נדרש

מושגים מרכזיים



טענה, פרסומת, מקור מידע, אמין-לא אמין

מיומנויות נלמדות



הערכה, חשיבה ביקורתית, רכיבי תזונה בריאים, האזנה לדברי אחרים, השתתפות בשיחה ודיון.

להכין מראש:

דגלונים כמספר ילדי הכיתה, שמונה שלטי טענות, דפי A3 ירוקים ואדומים כמספר הקבוצות בכיתה ופאזל.
מקרן מחובר למחשב + קובץ מצגת הוראה, טושים מחיקים בצבעים ירוק, אדום, ושחור.

כותרת משנה

טבלה	דק'	סוג פעילות	עזרים
1.	5	 דין בכיתה	דגלונים אדומים וירוקים לכל תלמיד בכיתה
1.	5		פעילות פתיחה: נכון לא נכון חלקו לכל תלמידי הכיתה צמד דגלונים, אדום וירוק, והסבירו להם כי מי שמנופף בדגל אדום זה אומר שהוא חושב שהטענה שנאמרה אינה נכונה ומי שמנופף בדגל הירוק חושב שהיא נכונה. מנפנפים בדגל רק לאחר שאתם מבקשים לעשות זאת וכשאתם מבקשים להוריד, מניחים חזרה את הדגלים. בסוף חלוקת הדגלים תרגלו עם התלמידים טענה אחת קלה לדוגמה: אמרו "קוראים לי _ (שם המורה/מדריכה)_" עכשיו לנפנף מה אתם חושבים. ואחרי כן אמרו: "היום יום שבת", עכשיו לנפנף מה אתם אומרים? (רצוי להדגיש שלא אומרים בקול: נכון!! לא נכון!! אלא רק מנפנפים בדגל).
2.	15	 משחק  דין בכיתה	נספח 1 - שמונה שלטים עם טענות על מאכלים + טוש מחיק שחור
2.	15		משחק - טענות על מזון הציגו בפני התלמידים מספר שלטים (בחלקו הקידמי של השלט תופיע תמונה ובחלקו האחורי טענה הקשורה אליה), עבור כל שלט בקשו את עזרתו של תלמיד המתנדב להגיד בקול רם את הטענה שכתובה בגב השלט לכיתה (במידה והתלמיד עוד לא קורא לחשו לו את הטענה והוא יגיד אותה בקול לשאר התלמידים). בקשו מהתלמידים לאחר שהם שומעים את הטענה, להחליט האם היא נכונה או לא (הדגישו שכל אחד חושב לבד מבלי לדבר ולהתייעץ עם חבריו). לאחר שהחליטו יחזו לסימן שלכם ואז יציגו את החלטתם על ידי הנפת הדגל.

טושים מחיקים ללוח בצבעים אדום ירוק ושחור	 דין בכיתה	5	דין-מהם מקורות מידע כתבו כותרת גדולה מעל לכותרות השונות שהצטברו על הלוח מנימוקי התלמידים "מקורות מידע". הסבירו לילדים שכל אחת מהכותרות הכתובות על הלוח מתארת דרך שבה אנחנו לומדים משהו חדש. אם יש צורך אפשר לשאול את הכיתה אם יש עוד מקומות/דרכים שבהם הם לומדים דברים חדשים? והוסיפו עוד מקורות מידע לאלו שכבר נכתבו על הלוח (למשל: סרטוני יו-טיוב, שיעור בבית הספר, חוג אה"צ, אחים גדולים ועוד) עברו עם הילדים על כל מקורות המידע ושאלו אותם אם יש מקור מידע שהם בטוחים שכל מה שהם לומדים ממנו זה נכון? שאלו מה הופך את המקור הזה ליותר אמין מאחרים? הבחינו בין: • מקור אמין העובר בדיקה של גורמים מוסמכים (כמו משרד החינוך או הוצאות ספרים) • מקור אמין שסומכים עליו מתוך היכרות רבת שנים • מקור שלא סומכים עליו כלל. הקיפו בצבע ירוק את הסוג הראשון על מנת להבדיל אותם מהמקורות האחרים.	3.
	 דין בכיתה		שיחה - האם פרסומת היא מקור למידע? כתבו על הלוח מקור מידע נוסף "פרסומת" ושאלו את התלמידים: • האם פרסומת היא מקור מידע? (האם אנחנו לומדים ממנה מידע חדש?) • האם זה מקור מידע אמין? • האם צריך להקיף אותה בצבע ירוק? הסבירו שפרסומות מכילות כל מיני טענות, יש כמה סוגי פרסומות, פרסומות שמטרתן ללמד אותנו על מוצרים שחברה מסויימת מציעה ויש פרסומות שמטרתן לגרום לנו מאוד לרצות ולאהוב את המוצר שבפרסומת. לכן חלק מהטענות בפרסומות	4.

			נכונות וחלק לא בהכרח נכונות, לכן כשאנחנו צופים בפרסומות צריך לשים לב שלא מבלבלים אותנו.	
מחשב+ מקרן+ מצגת מלווה+ דפי A3 ירוקים/אדומים+ נספח 2- פאזלים של פרסומות	 פאזל	10	פאזלים- טענות בפרסומות הניחו במרכז כל קבוצה שני דפי A3 אחד ירוק והשני אדום (אמרו לתלמידים לא לגעת כרגע בדפים). לפני חלוקת הפאזלים לתלמידים, הקרינו על הלוח את שקופית 2 במצגת המלווה לשיעור והסבירו לילדים את המשימה שהם מתבקשים לבצע: כל קבוצה תקבל שישה חלקי פאזל, כל אחד מהתלמידים בקבוצה לוקח לו חלק אחד ומחפש למי בקבוצה יש חלק שמתחבר לחלק שלו. אחרי שמצאתם את בן הזוג שלכם לפאזל, חשבו יחד על הטענה שמוצגת בפרסומת שבפאזל. אם היא בטוח נכונה, שימו את הפאזל על הדף הירוק שבמרכז הקבוצה ואם היא לא בטוח נכונה, מקמו את הפאזל על הדף האדום שבמרכז הקבוצה. שאלות מנחות: - האם זה תמיד המצב? - אפשר להוכיח את המשפט בפרסומת? חלקו לתלמידים את שקיות הפאזלים ותנו להם לבצע את המשימה במשך 5 דקות. *במידה שקבוצה/כתה שסיימה את הרכבת הפאזלים מהר ניתן לחלק לחלק להם סבב נוסף של שקיות פאזל עם פרסומות אחרות. לאחר מכן פתרו איתם את המשימה על הלוח בעזרת המשך המצגת. שימו לב: יש להדליק את המחשב ולפתוח את המצגת בשקופית הנכונה לפני השיעור ולא במהלך בשיעור על מנת למנוע שיבוש של מהלך השיעור ואיבודו הריכוז של הילדים.	5.

			סיכום שיעור סכמו את השיעור ושאלו את הילדים כמה שאלות סיכום: • מאיזה חלק של השיעור הכי נהנתם? • היה חלק בשיעור שהיה לכם קשה? שמשוה היה פחות ברור? • מי יכול לתת דוגמה למשהו חדש על מזון שהוא למד היום? • מי יכולה להסביר במילים שלו/ה מה זה מקור מידע	6.
--	--	--	--	----

נספח 1- שלטים עם טענות על מאכלים



1. טענה: אם בני אדם לא שותים מספיק הם עשויים להרגיש עיפות, כאבי ראש וסחרחורת. (נכון)

הרחבה למורה: המים חשובים מאוד לתפקוד של גוף האדם. חוסר שתייה מוביל להתייבשות וכאשר הגוף מתייבש מנוזלים האדם מתחיל להרגיש עייף, קשה לו להתרכז, כואב לו הראש, יש לו סחרחורת.



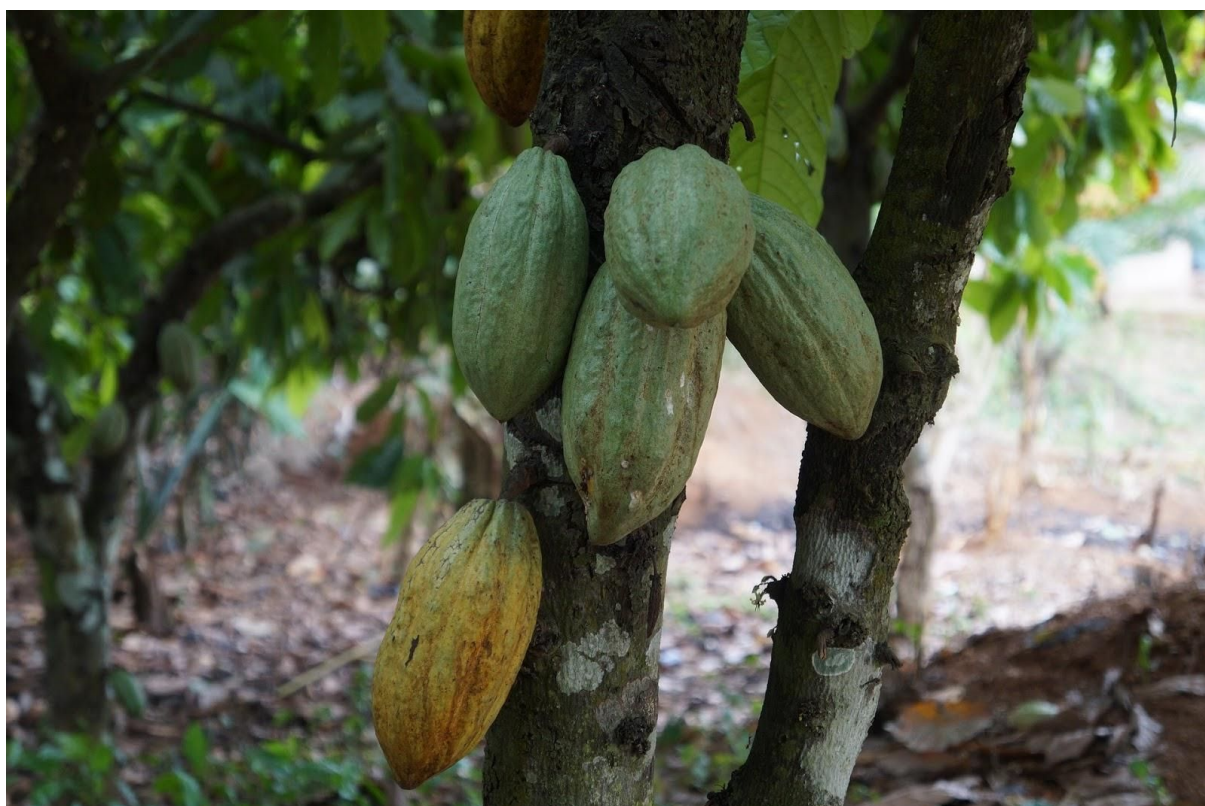
2. טענה: פופקורן עשוי מגרעינים של תירס (נכון)

הרחבה למורה: הפופקורן אכן עשוי מגרעינים של תירס, המילה העברית לפופקורן היא 'פצפוצי תירס' כאשר גרעין של תירס מתחמם הוא מתפקע וכך נוצר הפופקורן. יש כמה דרכים להכין פופקורן דרך קנייה של גרעיני תירס וחימום שלהם עם שמן בסיר או דרך קנייה של שקיות פופקורן מוכנות מראש לחימום במיקרוגל, בתוך השקיות יש גרעיני פופקורן שהם טבעיים ומוסיפים להם כל מיני חומרים נוספים חלק טבעיים וחלק מעובדים.



3. טענה: אם גזר אינו כתם, זה אומר שצבעו אותו בצבעי מאכל (לא נכון)

הרחבה למורה: הגזרים הצבעוניים פחות מוכרים אבל הם 100% טבעיים, לא הוסיפו להם צבע מאכל. מדובר בזן אחר של גזר שיש לו פיגמנט אחר של צבע וכל צבע הוא בעל רכיבים תזונתיים שונים למשל הגזר הכתום עשיר בחומר שעוזר לבריאות העיניים והגזר הסגול עשיר בחומר שיכול לשפר את הזיכרון.



4. טַעֲנָה: מֵהֶפְרִי בַתְמוֹנָה מִיִּצְרִים שׁוֹקוֹלָד (נֶכּוֹן)

הרחבה למורה: הפרי בתמונה נקרא קקאו, כשפותחים אותו מוצאים פולים שאותם טוחנים והופכים אותם לאבקה. אבקת הקקאו היא לגמרי מהטבע אבל בשביל לייצר את מתק השוקולד צריך להוסיף אליה חומרים לא טבעיים ויחד מעבדים את כל התערובת לידי ממתק שוקולד שאנחנו קונים בחנויות.



5. טענה: אם מאכל הוא בטעם או צורה של פרי, הוא בטוח עשוי מהפרי הזה (לא נכון)

הרחבה למורה: ישנם חומרים שנקראים חומרי טעם וריח, אלו חומרים שמוסיפים אותם למוצרי מזון כדי לשפר את הטעם שלו או את הריח שלו. רב החומרים האלו הם לא טבעיים ומייצרים אותם בתהליך כימי. חלק מהחומרים האלה גם מסוכנים לבריאות גוף האדם. כדי לא להתבלבל אפשר לבדוק אם הטעם של מוצר מזון כל שהוא מגיע מפרי אמיתי או מחומרי טעם לפי הפירוט של הרכיבים על האריזה שלו.



6. טַעֲנָה: מִי נִשְׁלָא אוֹכֵל קִנּוּחַ בְּסוּף כָּל אַרוּחָה יִשְׂאָר רָעֵב (לֹא נִכּוֹן)

הרחבה למורה: בני האדם נולדים עם העדפה לטעם מתוק. לטעם המתוק יש השפעה מרגיעה על הגוף שלנו וכשהלשון שלנו מרגישה את הטעם המתוק היא משדרת למח תחושה של כיף והנאה. הטעם המתוק מעורר אצל בני האדם את תחושת התיאבון וחוקרים ניסו להבין למה אם כך בני אדם התרגלו לאכול מתוק דווקא בסוף ארוחה ולא למשל בתחילתה או באמצע הארוחה ולא מצאו תשובה. ההנחה היא שבני אדם בהרבה מקומות בעולם התנהגו כך וההרגל הזה עבר מדור לדור. כלומר, הקינוח לא נועד למטרות של שובע, מדובר בהרגל תרבותי.



7. טַעֲנָה: דְּבוּרִים מְכִינּוֹת דְּבֶשׁ אָבֵל הֵן לֹא מְסַגְלוֹת לֶאֱכֹל דְּבֶשׁ (לֹא נָכוֹן)

הרחבה למורה: הדבורים בדרך כלל ניזונות מאבקת פרחים אבל הן מייצרות מאותם פרחים גם את הדבש בשביל תקופות קרות יותר בהן יש פחות פרחים וקשה יותר למצוא מזון. בתקופות הקור הן יכולות לאכול את הדבש שהכינו מראש עד שישבו הפרחים לפרוח. הדבש הוא ממתיק טבעי כי הוא מיוצר מחומרים טבעיים בלבד. ישנם ממתיקים אחרים שמכניסים למוצרי מזון שעוברים תהליך עיבוד והם אינם טבעיים.



8. טענה: זה מספן לאכל תפוחים שצפו את הקלפה שלהם בשעוה טבעית (לא נכון)

הרחבה למורה: כאשר תפוחי עץ גדלים באופן טבעי הם עטופים בשכבה של שעווה טבעית שמצפה אותם. השעווה מגנה עליהם ועוזרת להם להישאר טובים לזמן ארוך יותר ולא להירקב מהר. החקלאים שמגדלים כמויות גדולות של תפוחים שמגיעים לסופר מקפידים אחרי הקטיפה לשטוף את אותם תפוחים שגידלו ואז אותו ציפוי טבעי יורד מהם. כדאי שיישארו טובים עד שיגיעו לחנויות ואלינו הביתה החקלאים מצפים אותם מחדש בשעווה טבעית שאינה מסוכנת למאכל.

נספח 2 - פאזל של פרסומות

