



TRANSFoodMERS

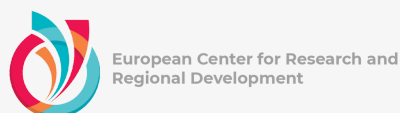
TRANSFOODMERS - RESPONSIBLE FOOD SYSTEM YOUTH
GAME CHALLENGE

TRANSFoodMERS

Brīvdabas spēļu ceļvedis ilgtspējīga pārtikas
patēriņa un ražošanas veicināšanai



**PROJEKTA NUMURS: 2022-1-EL02-KA220-YOU-
000089702**



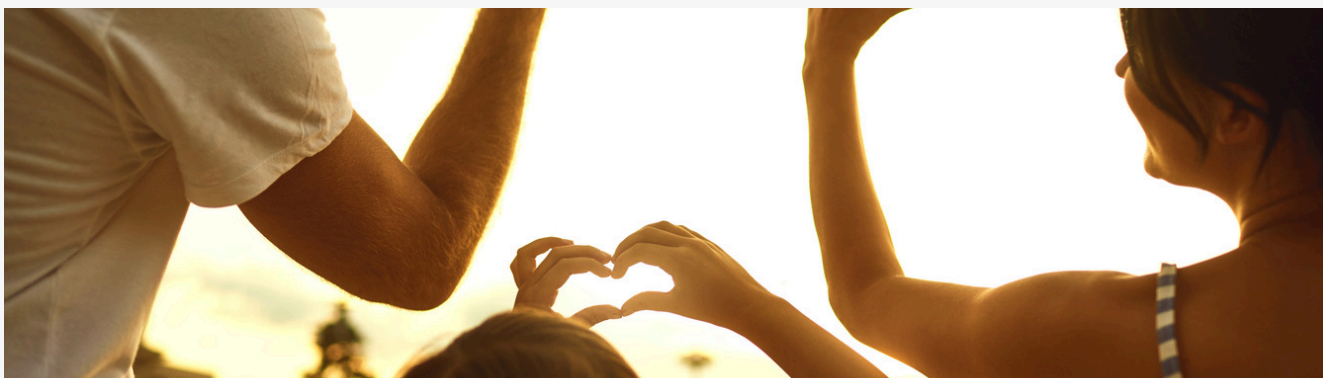
Co-funded by
the European Union

Satura rādītājs



levads	03
Vajadzību analīze	05
Āra spēļu kolekcija leviešanas padomi jaunatnes darbiniekiem	07 09
Secinājums	10
Atsauces	10

Ievads



Rokasgrāmatas mērķis

Šī rokasgrāmata ir pilnīgs izglītības resurss jaunajiem pedagogiem, kopienu vadītājiem un vides aizstāvjiem, kuri vēlas iekļaut āra sportu kā aizraujošu veidu, kā mācīt par ilgtspējīgu pārtikas patēriņu un ražošanu. Šīs rokasgrāmatas mērķis ir veicināt vispusīgāku izpratni par ilgtspējības idejām, integrējot pieredzes apguvi ar interaktīvām aktivitātēm un mudinot jauniešus aktīvi piedalīties vides pārvaldībā. Šajā rokasgrāmatā iekļauto aktivitāšu mērķis ir veicināt kritisko domāšanu, sadarbību un problēmu risināšanas spējas, vienlaikus uzsverot ilgtspējīgas pārtikas izvēles nozīmi. Katra spēle ir izstrādāta, lai sniegtu praktisku pieredzi, kas demonstrē tādas svarīgas tēmas kā pārtikas atkritumu samazināšana, vietējo pārtikas sistēmu atbalstīšana un ietekmes uz vidi ierobežošana.

Šīs āra aktivitātes ne tikai nodrošina jautru un aizraujošu mācību vidi, bet arī dod iespēju jauniešiem izdarīt saprātīgas izvēles, kas veicina labāku planētu. Turklāt šī rokasgrāmata palīdz jaunatnes darbiniekiem, sniedzot praktiskas idejas spēļu pielāgošanai dažādām vecuma grupām, nodrošinot iekļaušanu un veicinot saturīgas diskusijas. Šo aktivitāšu dalībnieki iegūs svarīgas zināšanas par to, kā viņu ikdienas pārtikas izvēle ietekmē vidi, kā arī izveidos ieradumus, kas atbilst globālajiem ilgtspējības mērķiem. Apvienojot izklaidi un izglītību, šīs spēles rada ieskaujošu pieredzi, kas veicina atbildību par vidi un proaktīvu līdzdalību ilgtspējības centienos.

Mērķa grupas

Šī rokasgrāmata ir paredzēta dažādiem cilvēkiem, kā arī organizācijām, kas nodarbojas ar ilgtspējības un vides apziņas veicināšanu, izmantojot pieredzes mācīšanos. Tas mēģina nodrošināt pedagogiem, kopienu vadītājiem un jauniešiem nepieciešamos rīkus, lai saprastu un atbalstītu ilgtspējīgas pārtikas sistēmas.

Jaunieši: šī rokasgrāmata ir īpaši noderīga jauniešiem no dažādām vidēm neatkarīgi no tā, vai viņi dzīvo pilsētās ar ierobežotu piekļuvi zaļajām zonām vai lauku kopienās, kurām ir cieša saikne ar lauksaimniecību. Āra aktivitāšu interaktīvā sastāvdaļa ļauj jauniešiem sazināties ar ilgtspējības tēmām, izmantojot praktisku atbilstošu pieeju.

Jaunatnes darbinieki un pedagogi: šī rokasgrāmata palīdzēs profesionāļiem neformālajā izglītībā integrēt ilgtspējības izglītību savās darbībās. Apvienojot āra spēles, viņi var izveidot dinamisku mācību vidi, kas veicina zinātkāri, komandas darbu un problēmu risināšanu, vienlaikus padarot sarežģītus jēdzienus pieejamākus.

Vides organizācijas: šī rokasgrāmata var palīdzēt bezpeļņas organizācijām un interešu aizstāvības grupām, kas koncentrējas uz ilgtspējīgām pārtikas sistēmām, uzlabot savas informēšanas un izglītības iniciatīvas. Šīs spēles var izmantot kopienas pasākumos, semināros un sabiedrības informēšanas kampaņās, lai veicinātu ilgtspējīgu pārtikas patēriņu un ražošanu.

Mācību mērķi

Šajā rokasgrāmatā iekļautās aktivitātes ir izstrādātas, lai sniegtu stabilu izpratni par ilgtspējīgām pārtikas sistēmām un iedvesmotu aktīvi piedalīties ilgtspējības iniciatīvās. Piedalīšanās šajās interaktīvajās brīvdabas spēlēs var palīdzēt jauniešiem attīstīt svarīgas prasmes, iegūt nepieciešamās zināšanas un iedvesmoties pieņemt videi atbildīgus lēmumus savā ikdienā. Šīs rokasgrāmatas galvenie mācību mērķi ietver:

Izpratne par ilgtspējīgām pārtikas sistēmām: dalībnieki pētīs, kā pārtika tiek ražota, piegādāta un patērēta, meklējot ilgtspējīgu praksi, kas veicina vides un sociālo labklājību. Viņi atklās vietējās pārtikas iepirkšanas, bioloģiskās lauksaimniecības un reģeneratīvās lauksaimniecības vērtību ilgtspējīgas pārtikas piegādes nodrošināšanā.

Pārtikas izvēles ietekmes uz vidi atpazīšana: izmantojot praktiskas aktivitātes, dalībnieki izpētīs dažādu pārtikas produktu oglekļa pēdas, izpratīs pārmērīga patēriņa sekas un novērtēs, kā rūpnieciskā lauksaimniecība veicina klimata pārmaiņas. Viņi iegūs izpratni par to, kā viņu personīgā uztura izvēle ietekmē vidi, un izpētīs veidus, kā pieņemt ilgtspējīgākus pārtikas lēmumus.

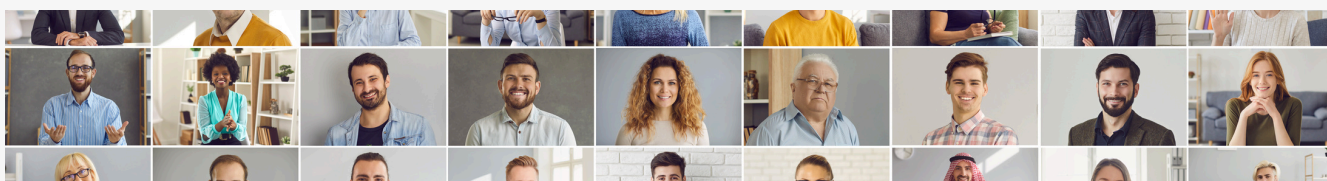
Ilgstspējīgas lauksaimniecības un bioloģiskās daudzveidības saglabāšanas izpēte: dalībnieki iesaistīsies pieredzes apgūšanā, kas uzsver bioloģiskās daudzveidības nozīmi lauksaimniecības sistēmās. Viņi uzzinās, kā tādas stratēģijas kā augseka, permakultūra un apputeksnētāju saglabāšana palīdz uzturēt veselīgu ekosistēmu un ilgtspējīgi ražot pārtiku.

Attīstīt kritiskās domāšanas un problēmu risināšanas prasmes: āra spēlēs dalībniekiem būs jāapsver reālās pasaules ilgtspējības problēmas un jāatrod praktiski risinājumi. Viņi attīstīs vērtīgas problēmu risināšanas prasmes, strādājot komandā un gudri pieņemot lēmumus, kas būs piemērojami arī ārpus rokasgrāmatā sniegtajiem vingrinājumiem.

Veicināt proaktīvu vides pārvaldību: dalībnieki tiks iedvesmoti veikt pasākumus ilgtspējības virzienā, piemēram, samazināt pārtikas atkritumus, pieņemt klimatam draudzīgas diētas vai atbalstīt kopienas iniciatīvas, kas veicina ilgtspējīgu pārtikas patēriņu. Spēles sagatavos dalībniekus būt par pozitīvu vides pārmaiņu aizstāvjiem savās kopienās un ārpus tās.

Sasniedzot šos mācību mērķus, jaunieši ne tikai uzzinās par ilgtspējīgām pārtikas sistēmām, bet arī labāk izpratīs savu lomu ilgtspējīgākas nākotnes veidošanā. Piedaloties šajā rokasgrāmatā aprakstītajās aktivitātēs, jaunieši:

- legūstiet pamatīgu izpratni par ilgtspējīgām pārtikas sistēmām un to saistību ar klimata pārmaiņām.
- Apzināties dažādu pārtikas produktu izvēles un ražošanas metožu ietekmi uz vidi.
- Uzziniet par ilgtspējīgu lauksaimniecību, pārtikas avotiem un bioloģiskās daudzveidības saglabāšanu.
- Interaktīva un uz pieredzi balstīta mācīšanās var palīdzēt attīstīt kritisko domāšanu un problēmu risināšanas prasmes.
- Izprotiet, kā viņu personīgās darbības ietekmē plašākas vides problēmas un risinājumus.



Nepieciešama analīze

Āra spēles nodrošina unikālu un veiksmīgu ilgtspējības izglītības metodi, padarot mācīšanos saistošāku, neaizmirstamāku un interaktīvāku. Saskaņā ar Kolba (1984) pētījumu par pieredzes izglītību, izglītojamie informāciju atceras daudz efektīvāk, ja viņi aktīvi iesaistās saturā, nevis pasīvi to saņem. Spēles veicina dinamisku mācību vidi, kurā jaunieši var piedalīties, novērot un apspriest sarežģītus jēdzienus, piemēram, ilgtspējīgu pārtikas lietošanu, padarot tās pieejamākas un salīdzināmākas. Turklāt āra spēles uzlabo kognitīvo attīstību, veicinot problēmu risināšanas un kritiskās domāšanas spējas. Tie ļauj audzēkņiem personīgi izpētīt vides idejas, nostiprinot abstraktos ilgtspējības principus, izmantojot tiešu pieredzi. Spēles arī palielina zinātkāri un patieso dziņu, liekot jauniešiem vairāk iesaistīties videi draudzīgā praksē.

Papildus kognitīvajiem ieguvumiem āra aktivitātes veicina komandas darbu, komunikāciju un sadarbību, kas ir būtiskas prasmes, lai risinātu vides problēmas. Grupu mācīšanās rada starppersonu saiknes un veicina kolektīvās atbildības sajūtu par ilgtspējību. Pētījumos ir pierādīts, ka izglītība brīvā dabā uzlabo fizisko un garīgo labsajūtu, samazina stresu un palielina iesaistīšanos dabā, un tas viss veicina videi labvēlīgu attieksmi un uzvedību. Vēl viens būtisks ieguvums no mācībām brīvā dabā ir tās pielāgošanās spēja. Aktivitātes var pielāgot dažādām vecuma grupām, mācīšanās stiliem un kultūras kontekstiem, nodrošinot iekļaušanu un plašu iesaistīšanos. Āra spēlēs tiek izmantoti piedzīvojumu, atklājumu un rotaļu elementi, lai izveidotu praktisku, visaptverošu pieeju ilgtspējības izglītībai, kas ir gan patīkama, gan efektīva. Salīdzinot ar tipiskām klasē balstītām mācību metodoloģijām, aktīva iesaistīšanās šajās spēlēs nodrošina spēcīgāku zināšanu saglabāšanu un uzvedības izmaiņas.

Āra spēles nodrošina unikālu un veiksmīgu ilgtspējības izglītības metodi, padarot mācīšanos saistošāku, neaizmirstamāku un interaktīvāku.

Galvenās mācību jomas

Ilgspējīgs pārtikas patēriņš un ražošana ir daudzpusīgas disciplīnas, kas veicina globālo nodrošinātību ar pārtiku, vides saglabāšanu un klimata noturību. Šo pamatjēdzienu izpratne ir ļoti svarīga, lai izveidotu ilgtspējīgas pārtikas sistēmas, kas var atbalstīt pašreizējās un nākamās paaudzes. Zinātniskie pētījumi uzsver, cik svarīgi ir pieņemt ieradumus, kas ierobežo klimata pārmaiņas, bioloģiskās daudzveidības samazināšanos un resursu izsīkšanu. Tālāk uzskaitītās pamatmācību jomas nodrošina uz pierādījumiem balstītu sistēmu ilgtspējības izglītībai pārtikas sistēmās.



Ilgospējīga pārtikas ražošana: lauksaimniecības nozare ir galvenais vides pasliktināšanās veicinātājs, izraisot mežu izciršanu, augsnes noplicināšanu un pārmērīgu ūdens patēriņu. Ilgtspējīga pārtikas ražošana koncentrējas uz tādām pieejām kā bioloģiskā lauksaimniecība, reģeneratīvā lauksaimniecība un agroekoloģija, kurās prioritāte ir augsnes veselība, bioloģiskā daudzveidība un ekosistēmas stabilitāte. Foley et al. (2011) parādīja, ka ilgtspējīgas lauksaimniecības stratēģiju iekļaušana var palielināt lauksaimniecības ražu, vienlaikus samazinot negatīvo ietekmi uz vidi. Turklāt ilgtspējīga lauksaimniecība veicina aprites ekonomiku, samazinot atkarību no sintētiskā mēslojuma un toksiskiem pesticīdiem, kas aizsargā gan cilvēku, gan vides veselību.

Pārtikas atkritumu samazināšana: pārtikas atkritumi veido gandrīz vienu trešdaļu no kopējās pārtikas ražošanas visā pasaulē, ievērojami palielinot siltumnīcefekta gāzu emisijas un neefektīvu resursu izmantošanu (FAO, 2013). Pārtikas atkritumu samazināšana, izmantojot labāku piegādes ķēdes pārvaldību, patērētāju izglītošanu un kompostēšanu, var ievērojami samazināt ietekmi uz vidi. Zinātniskie pētījumi liecina, ka pārtikas izšķērdēšanas samazināšana patērētāju līmenī apvienojumā ar pārdales pasākumiem var uzlabot nodrošinātību ar pārtiku un samazināt pieprasījumu pēc dabas resursiem. Kompostēšana ir īpaši svarīga, lai atgrieztu barības vielas augsnē, palielinātu lauksaimniecisko ražošanu un samazinātu metāna emisijas no poligoniem.

Klimatam draudzīgas diētas: pārtikas rūpniecība ir galvenais siltumnīcefekta gāzu emisiju avots, un lopkopība veido aptuveni 15% no kopējām emisijām (Gerber et al. 2013). Pāreja uz augu izcelsmes, klimatam draudzīgu diētu var ievērojami samazināt ietekmi uz vidi. Willett et al. (2019) iesaka veikt izmaiņas uzturā, kas dod priekšroku veselīgiem graudiem, pākšaugiem, augļiem un dārzeņiem, vienlaikus ierobežojot gaļas un piena produktu patēriņu. Šādas uztura izmaiņas ne tikai dod labumu globālajai veselībai, bet arī uzlabo cilvēku veselību, samazinot neinfekcijas slimību risku, kas saistīts ar pārmērīgu dzīvnieku izcelsmes produktu uzņemšanu.

Bioloģiskā daudzveidība un ekosistēmu līdzsvars: Bioloģiskā daudzveidība ir būtiska cietās barības sistēmām, jo tā nodrošina kultūraugu ģenētisko daudzveidību, atvieglo apputeksnēšanu un palielina augsnes auglību. Bioloģiskās daudzveidības samazināšanās rūpnieciskās lauksaimniecības un biotopu iznīcināšanas dēļ grauj globālo nodrošinātību ar pārtiku. Saskaņā ar IPBES (2019) aptuveni vienam miljonam sugu draud izzušana, un tam ir acīmredzama ietekme uz lauksaimniecību un pārtikas ražošanu. Kultūraugu dažādošana, saglabājoša lauksaimniecība un dabisko apputeksnētāju aizsardzība ir ilgtspējīgu zemes apsaimniekošanas metožu piemēri, kas ir būtiski ekoloģiskā līdzsvara un pārtikas sistēmas noturības uzturēšanai.

Brīvdabas spēļu kolekcija

Oglekļa pēdas nospieduma releja mērķis

Poore un Nemecek (2018) atklāja, ka dzīvnieku izcelsmes pārtikas ražošana rada aptuveni 60% no lauksaimniecības siltumnīcefekta gāzu emisijām, vienlaikus nodrošinot tikai 18% no pasaules uzņemto kaloriju daudzuma. Turklāt rūpnieciskā dzīvnieku audzēšana izraisa ievērojamu mežu izciršanu un bioloģiskās daudzveidības samazināšanos. Bērnu izglītošana par šo jautājumu mudina viņus izvēlēties videi draudzīgāku pārtiku, piemēram, ēst vietējas izcelsmes augu izcelsmes alternatīvas ar mazāku oglekļa emisiju.

Šis spēles mērķis ir mācīt dalībniekus par dažādu pārtikas veidu oglekļa pēdām un palīdzēt viņiem iegūt labākas zināšanas par to, kā viņu uztura izvēle ietekmē klimata pārmaiņas. Daudzi jaunieši nezina par pārtikas ražošanas ietekmi uz vidi, piemēram, siltumnīcefekta gāzu emisijām, ūdens izmantošanu un zemes bojājumiem. Piedaloties šajā stafetē, cilvēki iemācīs, kā dažādas diētas, piemēram, gaļa, piena produkti un augu izcelsmes produkti, tiek salīdzinātas ar ietekmi uz vidi.

Materiāli

Zibkartes ar pārtikas produktiem (piem., gaļu, dārzeņiem, piena produktiem, pārstrādātiem pārtikas produktiem, vietējiem produktiem, importētām precēm), čiekuriem vai marķieriem stafetes iestatīšanai.

Norādījumi

1. Sadaliet dalībniekus komandās un izveidojiet stafetes trasi.
2. Katra komanda saņem pārtikas preču kartīšu komplektu.
3. Pa vienam komandas dalībnieki skrien uz norādīto vietu un novieto savu karti oglekļa pēdas ietekmes secībā no zemākās līdz augstākajai.
4. Pēc stafetes pabeigšanas apspriediet rangū un izlabojiet visus nepareizos priekšstatus.
5. Iesaisties sarunā par ilgtspējīgu pārtikas izvēli un to ietekmi uz klimata pārmaiņām.

No lauku saimniecības līdz galdam Scavenger Hunt mērķis

Saskaņā ar Vēbera un Metjūsa (2008) teikto, pārtikas transportēšana rada ievērojamu kopējo ar pārtiku saistīto emisiju daudzumu, un importētajām precēm bieži ir ievērojami lielāka oglekļa pēda nekā vietēji ražotām alternatīvām. Turklāt sezonas pārtikas ražošana samazina pieprasījumu pēc mākslīgās apkures, mēslošanas līdzekļiem un pesticīdiem, samazinot ietekmi uz vidi. Izpratne par šiem jēdzieniem ļauj dalībniekiem pieņemt apzinātus pirkuma lēmumus, kas dod labumu vietējai ekonomikai un novērš kaitējumu videi.

Šis spēles mērķis ir izglītot dalībniekus par pārtikas avota nozīmi un to, kā vietējās, bioloģiskās un sezonālās pārtikas iegāde var palīdzēt izveidot ilgtspējīgāku pārtikas sistēmu. Daudzi klienti neapzinās vides izmaksas, ko rada pārtikas transportēšana un rūpnieciskā lauksaimniecība, jo abi ievērojami veicina globālās siltumnīcefekta gāzu emisijas un resursu izsīkšanu.

Materiāli

Saraksts ar norādēm, kas saistītas ar pārtikas ilgtspējību (piemēram, "Atrodiet vietēji audzētu augli", "Nosakiet pārtiku, kuras audzēšanai nepieciešams daudz ūdens").

Norādījumi

1. Sadaliet dalībniekus mazās komandās un katrai komandai iedodiet sarakstu ar slazdiem.
2. Dalībnieki meklē priekšmetus ārā vidē (fermā, tirgū, dārzā), pamatojoties uz ilgtspējības norādēm.
3. Kad visas preces ir atrastas, pārrunājiet to ietekmi uz vidi un veiciniet ilgtspējīgus iepirkšanās paradumus.



Ekoloģiskās pārtikas piramīdas izaicinājuma

Mērķis

EAT-Lancet komisija (2019) uzsvēra, ka augu izcelsmes uztura pieņemšana var ievērojami samazināt oglekļa emisijas, ūdens patēriņu un zemes degradāciju, vienlaikus sniedzot labumu sabiedrības veselībai. Diēta, kas bagāta ar veselīgiem graudiem, pākšaugiem, riekstiem un dārzeņiem, patērē ievērojami mazāk resursu nekā diēta, kuras pamatā ir sarkanā gaļa un piena produkti. Šī spēle veicina ideju, ka ilgtspējīgāka ēšana dod labumu gan individuālajai labklājībai, gan globālajai veselībai.

Šīs aktivitātes mērķis ir izglītēt dalībniekus par dažādu pārtikas grupu ilgtspējību un to, kā viņu uztura izvēle ietekmē vides veselību. Daudzi cilvēki ļoti paļaujas uz apstrādātu un ļoti iedarbīgu pārtiku, neņemot vērā ilgtermiņa sekas uz vidi. Dalībnieki iemācīsies noteikt prioritāti veselīgai un videi draudzīgai pārtikai, vizualizējot pārtikas kategorijas piramīdā, kas balstīta uz ilgtspējību.

Materiāli

Liela pārtikas piramīdas diagramma, kartītes ar dažādiem pārtikas produktiem, kas iedalīti kategorijās pēc ietekmes uz vidi.

Norādījumi

1. Komandas organizē pārtikas preces uz ilgtspējību balstītā pārtikas piramīdā, ņemot vērā oglekļa emisijas, ūdens izmantošanu un ietekmi uz bioloģisko daudzveidību.
2. Apspriediet pozīciju un veiciniet debates par ilgtspējīgiem ēšanas paradumiem.

Komposta stafetes sacensību

Mērķis

Saskaņā ar Pārtikas un lauksaimniecības organizācijas (FAO, 2013) datiem aptuveni viena trešdaļa no visas pasaulē saražotās pārtikas tiek izšķērdēta, veidojot 8% no kopējām siltumnīcefekta gāzu emisijām pasaulē. Organiskie atkritumi, kas sadalās poligonos, izdala metānu, spēcīgu siltumnīcefekta gāzi, kas aiztur siltumu 25 reizes efektīvāk nekā oglekļa dioksīds. Tomēr kompostēšana pārvērš organiskos atkritumus ar barības vielām bagātās augsnes piedevās, samazinot emisijas un palielinot augsnes auglību. Šīs spēles mērķis ir izglītēt dalībniekus par kompostēšanu un organisko atkritumu apsaimniekošanu, lai samazinātu atkritumu uzkrāšanos poligonos un metāna emisijas. Pārtikas atkritumi ir galvenais vides apdraudējums, un mācīšanās, kā pareizi kompostēt, var palīdzēt samazināt atkritumu daudzumu un uzlabot augsnes veselību.

Materiāli

Viltus pārtikas preces (plastmasas vai papīra kompostējamo un nekompostējamo atkritumu attēlojumi), komposta tvertne, miskaste.

Norādījumi

1. Komandas sacenšas, lai pareizi sašķirotu priekšmetus komposta vai atkritumu tvertnēs.
2. Pēc skrējiena pārrunājiet izplatītos nepareizos priekšstatus par kompostēšanu un atkritumu apsaimniekošanu.
3. Mudiniet dalībniekus pieņemt kompostēšanu mājās vai savās kopienās.

Apputeksnēšanas spēles

Mērķis

Kleins et al. (2007) atklāja, ka gandrīz 75% pasaules pārtikas kultūru zināmā mērā ir nepieciešama apputeksnēšana. Tomēr apputeksnētāju populācijas strauji samazinās vides stresa dēļ, apdraudot nodrošinātību ar pārtiku un bioloģisko daudzveidību.



Apputeksnētāji ir jāaizsargā, ierobežojot pesticīdu lietošanu un stādot apputeksnētājiem labvēlīgus biotopus, lai nodrošinātu, ka ekosistēmas saglabājas veselīgas.

Šī spēle uzsver apputeksnētāju nozīmi pārtikas ražošanā, kā arī draudus, ar kuriem tie saskaras biotopu zaudēšanas, pesticīdu lietošanas un klimata pārmaiņu rezultātā. Daudzi dalībnieki var nezināt, ka apputeksnētāji, piemēram, bites un tauriņi, ir atbildīgi par ievērojamu daļu no patērētajām kultūrām.

Materiāli

Papīra ziedi, mazas bumbiņas (ziedputekšņi), krūzes (bišu stropi).

Norādījumi

1. Spēlētāji (kas darbojas kā bites) pārnes "ziedputekšņus" starp ziediem un savu stropu.
2. Ja tiek ieviesti šķēršļi (kas atspoguļo pesticīdus vai biotopu iznīcināšanu), noskaidrojiet, kā tas ietekmē to efektivitāti.
3. Apspriediet draudus apputeksnētājiem un ilgtspējīgu lauksaimniecības praksi.

Īstenošanas padomi jaunatnes darbiniekiem

Āra spēļu ieviešana ietver rūpīgu sagatavošanu un pielāgošanu, lai nodrošinātu, ka visi spēlētāji gūst labumu no aktivitātēm. Jaunatnes darbiniekiem ir svarīga loma šo aktivitāšu veicināšanā, padarot tās saistošākas, pamācošākas un iekļaujošākas. Tālāk ir minēti daži būtiski elementi, lai palielinātu šo uz ilgtspējību vērsto spēļu ietekmi.

Pielāgošana dažādām vecuma grupām

Dažādām vecuma grupām ir atšķirīgs izpratnes, fizisko spēju un uzmanības līmenis. Lai ieinteresētu jaunākos cilvēkus, izmantojiet īsākus norādījumus, vairāk akcentējiet fizisko mijiedarbību un integrējiet stāstīšanas aspektus. Spēles var mainīt, palielinot sarežģītību, pieprasot stratēģiskāku lēmumu pieņemšanu vai izmantojot digitālos rīkus, piemēram, mobilās lietojumprogrammas progresa izsekošanai un datu apkopošanai.

Iekļaušanas un pieejamības nodrošināšana

Lai palielinātu līdzdalību, pasākumi jāplāno tā, lai tie atbilstu dažādām prasībām, tostarp prasībām, kas attiecas uz tiem, kuriem ir fiziski vai maņu traucējumi. To var panākt, mainot spēles noteikumus, padarot visus materiālus vieglāk pārvaldāmus un izmantojot verbālos un vizuālos signālus, lai pastiprinātu norādījumus. Turklāt, veidojot kultūru iekļaujošu telpu, visi dalībnieki jūtas pārstāvēti un var sazināties ar apspriežamajām ilgtspējības tēmām. Cieņpilnas un sadarbības vides veicināšana ļauj cilvēkiem no dažādām vidēm dalīties savā pieredzē un mācīties viena no otra.

Pārdomu un diskusiju veicināšana Vadītā refleksijs ir ļoti efektīva pieeja mācīšanās nostiprināšanai. Pēc katras spēles jaunatnes darbiniekiem ir jāvada sarunas, kas mudina dalībniekus pielietot savas zināšanas reālos ilgtspējības izaicinājumos. Atvērtie jautājumi, piemēram, "Kā šī darbība ir saistīta ar jūsu ikdienas pārtikas izvēli?" vai "Kādas izmaiņas jūs varētu veikt, lai samazinātu ietekmi uz vidi?" var palīdzēt ar izpratni un kritisko domāšanu. Vides radīšana, kurā dalībnieki jūtas ērti, daloties ar savām idejām un atziņām, palielina aktivitāšu izglītojošo vērtību.

Aktivitāšu savienošana ar reālām darbībām

Lai ilgtspējības izglītībai būtu ilgtermiņa ietekme, spēlētājiem ir jābūt pilnvarotiem rīkoties ārpus spēlēm. Jaunatnes darbiniekiem ir jāveido praktiskas idejas par to, kā cilvēki varētu īstenot apgūto ikdienas dzīvē, piemēram:

- Pārtikas atkritumu samazināšana mājās, pārdomāti ēdot un kompostējot.
- Vietējās izcelsmes un sezonālu pārtikas produktu izvēle, lai samazinātu uztura oglekļa pēdas nospiedumu.
- Atbalstīt ilgtspējīgas lauksaimniecības metodes, veicot pirkumus no ētiskiem pārdevējiem vai piedaloties kopienas dārzkopībā.
- Iestāties par ilgtspējības projektiem savās skolās, uzņēmumos un pašvaldībās.

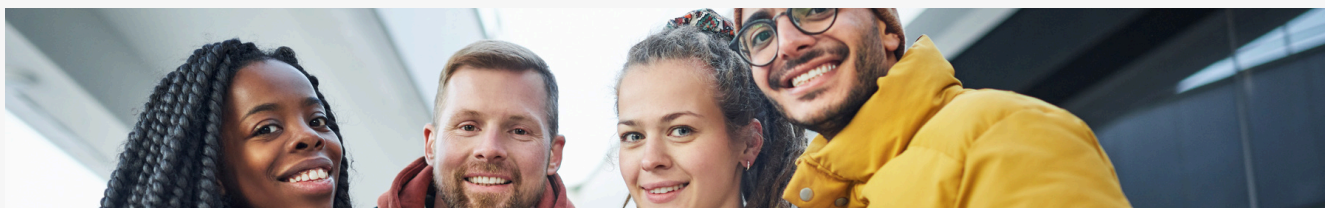
Secinājums

Āra aktivitātes piedāvā dinamisku un saistošu pieeju ilgtspējības mācīšanai, nostiprinot svarīgus principus, izmantojot mācīšanos pieredzē. Aktīva līdzdalība šajās aktivitātēs palīdz jauniešiem labāk izprast ilgtspējīgu pārtikas patēriņu un ražošanu, kā arī viņu uztura izvēles ietekmi uz vidi. Šīs spēles palīdz pārvērst teorētiskās zināšanas praktiskā uzvedībā, radot ilgtermiņa saistības attiecībā uz ilgtspējību.

Savienojot dalībniekus ar reālām pārtikas sistēmām, viņi veicina atbildības sajūtu pret vidi, palielinot iespēju pieņemt videi draudzīgas metodes, piemēram, ierobežot pārtikas izšķērdēšanu, atbalstīt vietējos pārtikas tirgus un ēst augu izcelsmes diētu. Turklāt šo aktivitāšu sadarbības raksturs veicina sociālās saites, veicinot komandas darbu un kolektīvus centienus sasniegt ilgtspējības mērķus. Pedagogiem un jaunatnes darbiniekiem ir izšķiroša loma sarunu vadīšanā, domu veicināšanā un iekļaušanas nodrošināšanā. Pielāgojot spēles dažādiem mācīšanās stiliem un vecuma grupām, tās var uzlabot ilgtspējības izglītības efektivitāti un nodrošināt, ka dalībnieki gūst vērtīgu ieskatu.

Atsauces

- FAO (2013). Pārtikas izšķērdēšanas pēda: ietekme uz dabas resursiem. Apvienoto Nāciju Organizācijas Pārtikas un lauksaimniecības organizācija.
- Foley, J. A., et al. (2011). Risinājumi kultivētai planētai. *Nature*, 478(7369), 337-342.
- Gerber, P.J., et al. (2013). Cīņa pret klimata pārmaiņām, izmantojot mājlopus – globāls emisiju un to mazināšanas iespēju novērtējums. FAO.
- IPBES (2019). Globālais novērtējuma ziņojums par bioloģisko daudzveidību un ekosistēmu pakalpojumiem. Starpvaldību zinātnes un politikas platforma par bioloģisko daudzveidību un ekosistēmu pakalpojumiem.
- Kleins, A.M., et al. (2007). Apputeksnētāju nozīme mainīgajās ainavās pasaules kultūrām. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 274(1608), 303-313.
- Kolbs, D.A. (1984). Pieredzes mācīšanās: pieredze kā mācīšanās un attīstības avots. Prentises zāle.
- Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Pārtikas ietekmes uz vidi samazināšana ar ražotāju un patērētāju starpniecību. *Zinātne*, 360(6392), 987-992.
- Willett, W., et al. (2019). Pārtika antropocēnā: EAT-Lancet komisija par veselīgu uzturu no ilgtspējīgām pārtikas sistēmām. *The Lancet*, 393(10170), 447-492.
- Vēbers, C.L. un Metjūss, H.S. (2008). Pārtikas jūdzes un pārtikas izvēles relatīvā ietekme uz klimatu Amerikas Savienotajās Valstīs. *Environmental Science & Technology*, 42(10), 3508-3513.





TRANSFoodMERS

Brīvdabas spēļu ceļvedis
ilgtspējīga pārtikas
patēriņa un ražošanas
veicināšanai

PROJEKTA NUMURS:

2022-1-EL02-KA220-YOU-000089702



Ινστιτούτο Προώθησης και
Πιστοποίησης Προϊόντων
Αγροδιατροφής



European Center for Research and
Regional Development



Innovation and Sustainable
Development Institute



Co-funded by
the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.