

שם השיעור: שומרי הסף - חקיקה בענייני מזון

נכתב ונערך על ידי : מדריכות מחוזיות, מחוז מרכז- הדס שרר , דורית פיננו-עייני , מחוז תל אביב- איריס לביא וצוות בריאות ארצי תש"ף- אורית אפלבויס, מעין בר יהודה, דגנית הלר, רונית ויסברג, נילי מזור ומיכל שינוביץ

תיאור קצר של השיעור:

העלאת המודעות של התלמידים לנושא הסימון התזונתי בכללותו וסימון המדבקות האדומות. האם סימון המדבקות האדומות הוא טוב ומשרת את הצרכן? האם הוא מספיק?

שכבת גיל: ט'

משך השיעור 90 דקות

עזרי הוראה :

מחשב +פלאפונים /מחשב נייד

מטרות השיעור:

מטרת על:

התלמידים יכירו בחשיבות החקיקה בתחום המזון.

התלמידים יכירו את סימון המזון.

התלמידים ידונו בנושא: על מי מוטלת האחריות על הבריאות שלנו.

מטרות אופרטיביות (מעשיות) :

התלמידים יציגו טיעונים בדבר הצורך באחריות הממסד על צריכת מזון בריא של הפרט.

התלמידים ינסחו מדיניות לוועדה בית ספרית מקדמת בריאות.

למצגת מלווה- קישור

מהלך השיעור :

פתיחה :

פירוט	זמן	מהלך השיעור
<p>המורה תציג שאלות פתיחה לתלמידים:</p> <p>-מהו הסימון התזונתי האדום? -מהו הסימון התזונתי הירוק? -כמה סימונים התזונתיים יש? -מה מטרתם של הסימונים התזונתיים? מידע למורה:</p> <p>הסימון התזונתי האדום -</p> <p>יעשה באופן ברור באמצעות סמלים המיידעים כי המזון מכיל כמות גבוהה של נתרן (מלח), סוכרים או חומצות שומן רוויות (שומנים).</p> <p>את הסימונים האדומים מחויבים היצרנים להוסיף למוצרים המכילים כמויות גדולות מערכי הסף שנקבעו לסוכר, שומן רווי ו/או נתרן.</p> <p>מהו הסימון הירוק -</p> <p>הסימון הירוק הוא סמל בולט, שיופיע בחזית אריזות או בשילוט מדף של מזונות בתפזורת, אשר הרכבם מתאים להמלצות התזונה הלאומיות של משרד הבריאות לאוכלוסייה בריאה .</p> <p>מטרת הסימון של מזונות בסמל הירוק היא לסייע לצרכנים בבחירת מזון בריא יותר.</p> <p>מדובר בסימון רשות, שמשרד הבריאות ממליץ לחקלאים, ליצרנים, ליבואנים ולמשווקי המזון לעשות בו שימוש, בתנאי שהמזון עומד בתנאים שקבעה הוועדה המדעית המיוחדת שמונתה במשרד הבריאות.</p> <p>כמה סימונים תזונתיים יש - 3 אדומים ואחד ירוק</p> <p>מטרת הסימונים - לעזור לקונים לבחור בחירה מושכלת של מזונות</p> <p>שקף 3 - מי אחראי על הבריאות שלי? מידע למורה: קיימים גופים רבים השותפים ללקיחת אחריות על הבריאות של אוכלוסיית ישראל כמו הממשלה, משרד החינוך, משרד הבריאות, קופות החולים ועיריות.</p>	15 דק'	<p>יצירת עניין והנעה</p> <p>שקף 2</p> <p>שקף 3-5</p> <p>מידע על חקיקה בישראל</p>



<p>תזונה בריאה כוללת פעילות של יוזמות מקומיות ויוזמות רגולטוריות.</p> <p>דוגמה לחקיקה בנושא תזונה, סימון המזון האדום והירוק: המורה תקרין לתלמידים סרטון בנושא סימון תזונתי הנקודה אדומה</p> <p>שקף 4 – מידע על סימון אדום</p> <p>שקף 5 – מידע על הסימון הירוק וכן קישור לדף מידע איך יסומן הסימון הירוק למזונות שנמכרים בתפוזרת.</p> <p>אחריות המדינה על תזונת האזרחים.</p> <p>מדינות רבות לוקחות אחריות על בריאות אזרחיהם ויוזמות חוקים לקידום תזונה בריאה.</p> <p>מקרינים את הסרטון - סימון מזון בארץ ובעולם-סרטון</p>	<p>שקף 6</p>
--	--------------

גוף השיעור :

פירוט	זמן	מהלך השיעור
<p>סיפור רקע: מנהלת החטיבה החליטה להקים ועדה בית ספרית המקדמת אורח חיים בריא.</p> <p>המנהלת מזמנת לחזרה דיון בנושא ומזמנת 6 דמויות מבית הספר בשקפים 8-9 מוצגות הדמויות.</p> <p>התלמידים ילמדו ויחקרו על החקיקה בענייני סימון תזונתי, התלמידים יצפו בסרטונים ואחר כך יכתבו טעונים מנומקים וידנו עם עמיתיהם לכיתה.</p> <p>נקודות להתייחסות בכתיבת הטעונים - שקף 9.</p> <p>התלמידים יכולים להיכנס למרשתת ולמצוא מקורות מידע.</p>	<p>50 דקות</p>	<p>התנסות שקף 7-11</p>

<p>בשקף 10 מופיעים קישורים לסרטונים ולמקורות מידע שהתלמידים יכולים להיעזר בהם. מומלץ להשאיר את שקף 10 מוקרן בזמן העבודה.</p> <p>לסיכום, כל קבוצה תציג את טעוניה הדמות שלה בנושא ועדה בית ספרית לקידום בריאות.</p>		
---	--	--

סיכום :

פירוט	זמן	מהלך השיעור
<p>אז מי באמת אחראי על הבריאות שלנו – אנחנו או הממסד? הצגת השאלה לתלמידים בעקבות מה ששמעו מכל הקבוצות.</p>	15 דקות	סיכום ורפלקציה שקף 12
<p>קידום בריאות הוא לא רק תזונה בריאה אלא גם אורח חיים פעיל. שקף סיכום המדגיש את יתרונות הפעילות הגופנית – בריאותי (מניעת מחלות, שמירה על משקל גוף תקין, כושר גופני ועוד) קוגניטיבי (שיפור הריכוז, הקשב וההישגים הלימודיים) חברתי (שיתוף פעולה, הגדלת המעגל החברתי, עבודת צוות) רגשי (דימוי גוף, בטחון עצמי ועוד) ההמלצות לפעילות גופנית וקישור לביצוע פעילות גופנית בכיתה לאחר למידה של שעתיים.</p>	10 דקות	שקף 13

ביבליוגרפיה וחומרי למידה:



רפורמת סימון מוצרים

1. <https://www.youtube.com/watch?v=q9o6j3q1BgU&feature=youtu.be>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=SPkpHIYgC1k&feature=youtu.be>
3. <http://din-online.info/pdf/mht10-6.pdf>
4. https://www.globes.co.il/news/%D7%A1%D7%99%D7%9E%D7%95%D7%9F_%D7%9E%D7%95%D7%A6%D7%A8%D7%99%D7%9D.tag
5. <https://main.knesset.gov.il/pages/knessetforkids.aspx>