

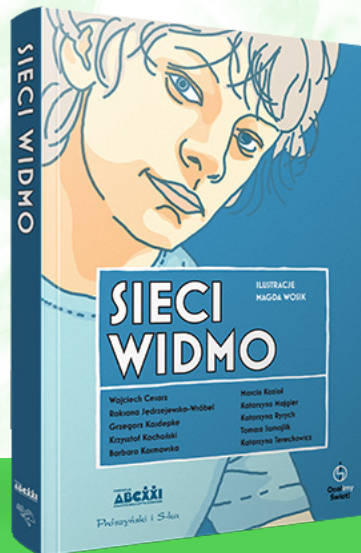


# Ocalimy Świat!

Ekoprogram z charakterem  
dla uczniów szkół podstawowych

## Scenariusz dla klasy VIII

na podstawie opowiadania  
Roksany Jędrzejewskiej  
„Rudy”  
ze zbioru opowiadań



**Tematyka ekologiczna**

Globalne ocieplenie a przemysłowy chów zwierząt, krzywda zwierząt hodowlanych; dieta przyjazna zdrowiu i planecie.

**Wartości moralne do omówienia**

uczciwość, życzliwość, odpowiedzialność

**Czas realizacji**

3 godziny lekcyjne

## Scenariusz dla klasy VIII

na podstawie opowiadania Katarzyny Ryrych  
„Strategia złoczyńców” ze zbioru opowiadań „Sieci widmo”

### MATERIAŁY EDUKACYJNE

- ➔ zbiór opowiadań „Sieci widmo”; opracowanie dot. wartości na końcu zbioru
- ➔ poradnik „Z dzieckiem w świat wartości” Ireny Koźmińskiej i Elżbiety Olszewskiej
- ➔ materiały WWF:
  - ➔ <https://www.wwf.pl/aktualnosci/spojrzmy-na-co-jemy>
  - ➔ <https://www.wwf.pl/aktualnosci/dieta-planetarna>
  - ➔ <https://www.wwf.pl/aktualnosci/chron-planete-po-prostu-robiac-obiad>
- ➔ Lektura uzupełniająca: książka „Pstryk. Jak zmieniać, żeby zmienić” - Dan Heath, Chip Heath

### POMOCE I NARZĘDZIA

- ➔ wydrukowane materiały z załączników, teksty artykułów

### DODATKOWE ŹRÓDŁA DLA EDUKATORKI/EDUKATORA

- ➔ [https://oko.press/klimatyczny-slad-kotleta-miesna-dieta-szkodzi-ludziom-i-ziemi/?utm\\_medium=Social&utm\\_source=Facebook&fbclid=IwAR3bpavsq7xLYZOILW8WV91ksqZ5l5UQsWqx2Irm8tGaZ-l7yJ3E7pcR-Uo](https://oko.press/klimatyczny-slad-kotleta-miesna-dieta-szkodzi-ludziom-i-ziemi/?utm_medium=Social&utm_source=Facebook&fbclid=IwAR3bpavsq7xLYZOILW8WV91ksqZ5l5UQsWqx2Irm8tGaZ-l7yJ3E7pcR-Uo)
- ➔ <https://www.wwf.pl/aktualnosci/spojrzmy-na-co-jemy>
- ➔ <https://www.wwf.pl/aktualnosci/dieta-planetarna>
- ➔ <https://www.wwf.pl/aktualnosci/chron-planete-po-prostu-robiac-obiad>

## Prowadząc lekcje w oparciu o ten scenariusz, realizujesz podstawę programową

### ✓ **BIOLOGIA**

#### Uczeń:

- ✓ interpretuje informacje i wyjaśnia zależności przyczynowo-skutkowe między zjawiskami, formułuje wnioski
- ✓ uzasadnia konieczność ochrony przyrody
- ✓ prezentuje postawę szacunku wobec siebie i wszystkich istot żywych

### ✓ **JĘZYK POLSKI wymagania szczegółowe dla klas VII–VIII**

#### Cele ogólne:

- ✓ wykorzystuje w interpretacji utworów literackich odwołania do wartości uniwersalnych związane z postawami społecznymi (...), etycznymi (...)
- ✓ wykorzystuje w interpretacji utworów literackich potrzebne konteksty (...)
- ✓ wyszukuje w tekście potrzebne informacje oraz cytuje odpowiednie fragmenty tekstu publicystycznego, popularnonaukowego lub naukowego
- ✓ gromadzi i porządkuje materiał rzeczowy potrzebny do tworzenia wypowiedzi
- ✓ zgadza się z cudzymi poglądami lub polemizuje z nimi, rzeczowo uzasadniając własne zdanie
- ✓ rozwija umiejętność samodzielnej prezentacji wyników swojej pracy
- ✓ rozwija umiejętność krytycznego myślenia i formułowania opinii

### ✓ **ETYKA**

#### Uczeń:

- ✓ posługuje się pojęciami niezbędnymi do charakterystyki działania w aspekcie jego moralnej oceny (...)
- ✓ posługuje się nazwami emocji i uczuć do opisywania przeżyć własnych oraz przeżyć innych osób w kontekście różnych doświadczeń moralnych (...)
- ✓ wykorzystuje pojęcia dyskursu etycznego do analizowania przeżyć, działań i postaw bohaterów powieści, opowiadań, filmów (...)
- ✓ jest świadomy, że przyroda jest dobrem, które należy chronić i uzasadnia potrzebę ochrony przyrody
- ✓ wie, jak można chronić przyrodę, i angażuje się w działania na rzecz ochrony przyrody

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

### ➔ Zadanie 1

Zapytaj o skojarzenia uczniów związane z tytułem. Poproś o postawienie hipotez, o czym będzie opowiadanie. Kto może być jego bohaterem? Zapiszcie hipotezy i skojarzenia. Wróćcie do nich wtedy, kiedy okaże się, że tytuł sugerował człowieka, a był imieniem zwierzęcia. Warto wtedy podkreślić, że życie każdej istoty jest ważne.

### ➔ Czytanie przez Edukatora opowiadania na głos w klasie.

### ➔ Zadanie 2

Rozpocznij czytanie na głos opowiadania. Przerwij w momencie, kiedy Wojtek zorientował się, że cielak, z którym się zaprzyjaźnił, zniknął. Poproś uczniów, by zrekapitulowali dotychczasowy przebieg zdarzeń. W jakiej sytuacji znalazł się Wojtek, kim jest, czym się pasjonuje, dlaczego musiał wyjechać z domu i pod czyją opiekę trafił? Kim jest ciotka, w jaki sposób żyje i jak Wojtek spędza czas na wsi? Jak się tam czuje? Wskażcie momenty zwrotne tej historii (diagnoza lekarza, wyjazd do ciotki, spotkanie z Rudym) oraz punkt kulminacyjny: zniknięcie Rudego. Zapytaj, jak może rozwijać się ta historia, co mogło się stać z Rudym, jakie mogą być kolejne działania chłopaka.

### ➔ Zadanie 3

Przeczytaj kolejny fragment, w którym Wojtek dowiaduje się, co stało się z cielakiem. Dopiero po rozmowie z ciotką bohater uświadomił sobie, jak wielu rzeczy nie wiedział, mimo że informacje miał „na wyciągnięcie ręki” (nie zastanawiał się nad pochodzeniem produktów dostępnych w sklepach, nad jedzeniem serwowanym przez ciotkę – zainteresował się tym, co je, dopiero pod koniec pobytu na wsi, nie zwrócił specjalnej uwagi na ciężarówkę z zakładu mięsnego). Chłopak nie interesował się wieloma rzeczami w swoim otoczeniu, zajęty swoimi sprawami (m.in. sportem, szkołą, kolegami). Jak nazwiemy taką postawę? (egocentryzmem, niedojrzałością, brakiem uważności, życiem w bańce).

Wiele informacji Wojtek uzyskał w rozmowie z ciotką, i nie było to dla niego łatwe doświadczenie. Żyło mu się znacznie lepiej, kiedy o pewnych rzeczach nie wiedział.

- Zapytałeś, co się stało z Rudym. Powiedziałam prawdę.
- I co ja teraz mam z tą prawdą zrobić?
- Co chcesz. Każdy człowiek ma wolną wolę.

Porozmawiajcie o tym, czy przyjmowanie wszystkiego bez zadawania pytań, może być usprawiedliwieniem naszych wyborów? Czy brak wiedzy – na własne życzenie – zwalnia nas z odpowiedzialności za decyzje, jakie podejmujemy? Przedstaw uczniom definicję **ODPOWIEDZIALNOŚCI** (ZAŁĄCZNIK 1). Poproś o przykłady odpowiedzialnych zachowań – niekoniecznie tylko z obszaru ekologii.

Zapytaj następnie o zachowania nieodpowiedzialne – czy ktoś z grupy uczniów może podać przykłady takich zachowań oraz – ich konsekwencji? (np. jazda po alkoholu i spowodowanie wypadku ze skutkiem śmiertelnym, palenie ogniska w lesie i spowodowanie pożaru,

### PRZEBIEG ZAJĘĆ

pozostawienie potłuczonego szkła na plaży – i skaleczenie się dzieci (sprawca może nawet nie wiedzieć, jaki jest skutek jego zachowania, ale gdyby był człowiekiem odpowiedzialnym, nie paliłby ognia w niedozwolonym miejscu, nie pozostawiłby po sobie śmieci, zwłaszcza tak niebezpiecznych jak szkło), inne przykłady.

#### ➔ Przeczytaj opowiadanie do końca.

#### ➔ Podyskutujcie:

- ❓ Czy postawa Wojtka, który interesował się tylko własnymi sprawami, była wyjątkowo niedojrzała i nieodpowiedzialna, czy raczej jest typowa wśród osób w jego wieku?
- ❓ Czy nastolatki powinni czuć się odpowiedzialni za świat, w którym żyją - za swoje życie, otoczenie, za wybory, które wpływają na innych, w tym na zwierzęta, czy – jak dzieci – są jeszcze zwolnieni z odpowiedzialności?

#### ➔ Praca z tekstem:

#### ➔ Zadanie 4

Wojtkowi bardzo trudno było zaakceptować fakty, ale równie trudno jest mu wrócić do dawnego postępowania, kiedy wie już o wiele więcej. W jaki sposób ciotka przekazała Wojtkowi informacje? Czy uczniowie chcieliby poznać fakty w taki sposób, jak on? A może woleliby, żeby powiedziała nieprawdę? Przyjrzyjcie się postawie ciotki i postawie Wojtka. W jaki sposób każde z nich wykazało się – albo się nie wykazało – odpowiedzialnością. A uczciwością?

Rozdaj uczniom definicję **UCZCIWOŚCI** (ZAŁĄCZNIK 2). Porozmawiajcie, jaka jest istota tej wartości moralnej. Uświadom uczniom, że jest to trudna wartość, gdyż nie zawsze mamy odwagę, by uczciwie przyznać się do czegoś lub boimy się konsekwencji ujawnienia, kto ponosi winę za zło, którego byliśmy świadkiem. Uczciwość jest w dodatku wartością warunkową - jest moralna wtedy, gdy służy DOBRU, ale gdy komuś mówimy tzw. „prawdę w oczy”, ale naszą intencją jest sprawienia przykrości, upokorzenia i wykluczenie z naszej grupy - taka „prawda” i taka „uczciwość” nie jest wartością moralną. Nie jest też wartością moralną dogmatycznie potraktowana szczerłość, gdy np. bandyci pytają, gdzie schował się zbieg i osoba ceniąca własną uczciwość wskazuje kryjówkę, narażając zbiega na śmierć. Zatem uczciwość, która nie służy dobru tylko samolubnemu umocnieniu się w przekonaniu, że jesteśmy wspaniali i uczciwi, nie jest wartością moralną. O wszystkim przesądza intencja oraz przewidywany skutek naszych działań.

#### ➔ Zadanie 5

**Przed i Po** – podziel tablicę pionową linią. Po jednej stronie będą informacje na temat dotychczasowego życia Wojtka - poprosz uczniów o wskazanie, kim był, co było jego priorytetem, jakie miał pasje, co lubił itd. Zapisz to. Po drugiej stronie znajdują się spodziewane trudności, jeżeli będzie chciał dobrze wykorzystać prawdę, którą odkrył. Tutaj mogą znaleźć się takie stwierdzenia jak: zmiana trybu życia, zmiana diety, większy wysiłek, większe zaangażowanie, próba zainteresowania kolegów i koleżanek tematem chowu zwierząt, większa uważność przy podejmowaniu decyzji, czas poświęcony na szukanie informacji, ewentualna krytyka lub drwiny ze strony rówieśników lub dorosłych itp.

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

### ➔ Zadanie 6

**KONFLIKT** – spróbujcie określić, z jakim wewnętrznym konfliktem mierzył się chłopak (wygodna nieświadomość a przytłaczająca i trudna do przyjęcia wiedza, przyzwyczajenie i przyjemność kontra krzywda zwierząt i niszczenie klimatu, wygoda kontra wysiłek, korzystanie z dóbr w przeciwieństwie do umiaru i świadomej rezygnacji, itp.).

### ➔ Zadanie 7

**Dieta wegańska** – poproś uczniów, by w parach lub grupach spisali z pamięci produkty, jakie wykorzystywała ciocia Wojtka do przygotowywania potraw (fasola, soczewica, chleb, ogórki kiszone, makarony, kasza jaglana, owoce (daktyle), mleko owsiane). Poproś chętną osobę o przeczytanie tego zestawienia, a pozostałych uczniów o jego ew. uzupełnienie lub dopisanie pominiętych produktów do swojej listy.

❓ Czy dieta zaproponowana przez ciotkę była trudna do zaakceptowania? Jak zareagował na nią Wojtek? (początkowo w ogóle nie zwracał na nią uwagi, nawet nie zauważył, że jest to dieta wegańska).

Poproś uczniów, by teraz metodą burzy mózgów rozszerzyli ten spis o wszystkie produkty pokrewne (kiszona kapusta i inne kiszonki z warzyw, surowe warzywa - buraki, marchew, seler, cebula, rzepa, kalafior, brokuł, rzodkiewka, sałaty, jarmuż, rośliny strączkowe - groch, ciecierzycza, soczewica, fasolka szparagowa, soja, tofu, orzechy, migdały, owoce i in.). Zapisujcie propozycje na flipcharcie lub tablicy. Warto tutaj zwrócić uczniom uwagę, że lepiej jest wybierać produkty lokalne, by ograniczać ślad węglowy związany z transportem żywności z odległych krajów.

### ➔ Zadanie 8

Porozmawiaj z uczniami na temat codziennego sposobu odżywiania: w jaki sposób wybierają posiłki, które będą jedli. Jak robią zakupy? Czym się kierują, wybierając produkty do koszyków? Pozwól wypowiedzieć się uczniom chętnym, dopuść też możliwość mówienia nie tylko o swoich zakupach, ale również podzielenia się obserwacjami zakupów innych klientów, jeśli nie będą chcieli mówić o sobie. Zauważ, że nastolatki nie zawsze mają wpływ na decyzje dotyczące zakupów żywności w ich rodzinie.

Porozmawiajcie też o tym, w jaki sposób na nasze wybory wpływa łatwość dostępu do wszelkich produktów (supermarket, samodzielne sięganie po towar, szybki sposób obliczania należności), jak na nasze wybory wpływają piękne kolorowe opakowania, reklamy zachęcające do zakupów, promocje. Wojtek wspominał o uśmiechniętej śwince na opakowaniu z mięsem. Jak to oddziałuje na klienta? Czy może go wprowadzać w błąd? W czym interesie leży tworzenie wizerunku szczęśliwego zwierzęcia hodowanego na mięso? Dla kogo jest to dobre, a dla kogo nie? Poproś uczniów o zastanowienie się nad tym w kontekście uczciwości i odpowiedzialności.

### ➔ Zadanie 9

Podziel klasę na trzy zespoły. Pierwszy z nich otrzyma do przeczytania artykuł na temat szkodliwości wysokoprzetworzonej żywności (ZAŁĄCZNIK 4a), drugi - pierwszą część artykułu dotyczącego szkodliwości nadmiernej produkcji mięsa, zwłaszcza wołowego (ZAŁĄCZNIK 4b), trzeci - drugą część tego artykułu (ZAŁĄCZNIK 4b). Poproś o zapoznanie się z tekstem



## PRZEBIEG ZAJĘĆ

i zastosowanie metody „śladów mojego czytania” (Załącznik 3). Chętni „eksperci” z danej grupy (2 osoby) mogą teraz przyłączyć się do pozostałych grup, by podzielić się z nimi zdobytymi informacjami i wziąć udział w wypracowaniu konkretnych pomysłów na wprowadzenie zmian w codziennych wyborach żywieniowych lub spisaniu argumentów za rezygnacją ze zmian. Po powrocie do macierzystej grupy przekażą kilka pomysłów na zmiany lub wniosków o utrzymanie status quo (tego, co jest), o ile uczniowie uznali taki wybór za właściwy. Zwróć szczególną uwagę na **dietę flexitarian**. Będzie to wartościowe dla tych uczniów, którzy nie są gotowi, aby zupełnie zrezygnować ze swoich przyzwyczajeń żywieniowych, ale chcą wprowadzić do swojej diety pewne zmiany. Nawet niewielkie zmiany w diecie wprowadzone przez wiele osób sprawią, że ich skumulowany efekt może być bardzo korzystny. Wnioski wpiszcie jako ostatnią część graficznej notatki - są to propozycje rozwiązań możliwych i dobrych w aktualnej sytuacji.

☉ Warto zajrzeć np. do poniższych materiałów:

- ➔ Spójrzmy na to co jemy | WWF Polska
- ➔ DIETA PLANETARNA | WWF Polska

### ➔ Zadanie 10

Przypomnijcie sobie finałową scenę opowiadania - powitalny obiad po powrocie do domu. Zapytaj, jak rozumieją sytuację, w której znalazł się Wojtek? Przed jakim wyborem staje chłopak? Jak się zachowa? Poproś chętnych uczniów o ich refleksje. Czy zdarzyły im się sytuacje, kiedy początkowo byli do czegoś przekonani (np. zainspirowani lekcją lub spotkaniem z jakimś człowiekiem), a później zrezygnowali z trwałej zmiany w swoim życiu? Porozmawiajcie o tym, dlaczego zmiany są trudne. Co powoduje, że szybko rezygnujemy z naszych postanowień. Czy możemy coś z tym zrobić? (Polecamy tu znakomitą książkę dla Prowadzących – „Jak zmieniać, żeby zmienić” Dana i Chipa Heath; po jej lekturze można wyjaśnić uczniom mechanizm oporu ludzi przed zmianą. Może to też być świetna lektura dla zainteresowanych uczniów).

### ➔ Zadanie 11

Wróćcie jeszcze do rozmowy ciotki i Wojtka z pracownikiem mleczarni - możesz przeczytać uczniom ponownie ten fragment. Zastanówcie się, czy człowiek ten łamał prawo. Wróćcie do tematu wartości moralnych - porozmawiaj z uczniami, czym są, do czego służą (to zasady, idee, cechy, zachowania nastawione na czynienie **DOBRA**, rozumianego jako dobro wspólne, powszechne - możesz skorzystać z książki „Z dzieckiem w świat wartości” lub opisu wartości na końcu zbioru opowiadań). Czy możemy postępować niemoralnie i zarazem nie łamać prawa? Na przykład nie okazywać szacunku lub życzliwości, krzywdzić innych, zwierzęta? Warto wyjaśnić uczniom VIII klasy, że prawo nie chroni przed każdym rodzajem krzywdy – dotyczy bowiem tylko wybranych kwestii, jest sztywne (kodeksy, przepisy), często nie nadąża za życiem, całkiem pomija wiele ważnych obszarów, które podlegają tylko sumieniu człowieka. Dlatego przestrzeganie wartości moralnych jest tak ważne - człowiek moralny jest wrażliwy na los innych, dba o nich, nie krzywdzi ich. Jakie wnioski mogą wyciągnąć uczniowie, towarzysząc Wojtkowi podczas wizyty w mleczarni? Poproś o przykłady sytuacji, kiedy ktoś postępuje zgodnie z prawem, a jednak jego zachowanie i decyzje nie są właściwe z punktu widzenia wartości moralnych. Możecie przywołać opowiadanie Od odważnych świat zależy i przyjrzeć się decyzjom zakupowym koleżanek Kasi albo do opowiadania *Nie bądź taka Greta!* i przyjrzeć się podróżom Jeremiego.

### PRZEBIEG ZAJĘĆ

Żadne z tych bohaterów nie postępowało niezgodnie z prawem. Czy jednak mieli na uwadze wspólne **DOBRO**, czy dbali tylko o własny egoistyczny interes, przyjemność, wygodę? Co warto byłoby w ich zachowaniu zmienić i dlaczego? Na koniec porozmawiajcie o **ŻYCZLIWOŚCI**. Co to słowo oznacza dla uczniów? Czy życzliwość jest ważną dla nich wartością, czy kojarzy się tylko z byciem „miłym”? Zapoznajcie się z definicją tej wartości (ZAŁĄCZNIK 5). Poproś o przykłady, gdy czyjaś życzliwość, dobra wola, pomogła komuś, uratowała, pozwoliła uniknąć wielkiego problemu lub osiągnąć cel. Jakie mogą być powody braku życzliwości w postawach ludzi? W jaki sposób wpływa to na życie innych ludzi, ale również zwierząt? Na czym polega postawa życzliwości wobec zwierząt? W czym się przejawia? Dlaczego nie wystarczy dbać o swojego pupila? Co jako ludzie moralni możemy zrobić, by przeciwdziałać krzywdzie zwierząt, gdy wiemy o złym traktowaniu ich przez właścicieli, hodowców, zabijaniu na polowaniach, wykorzystywaniu do badań laboratoryjnych itp.

Zadaniem dodatkowym dla uczniów może być wyzwanie kulinarne: wskaż jedno danie mięsne, które można zastąpić bezmięsnym. Zamiast kotleta schabowego - z fasoli albo z soczewicy? To kolejna propozycja, która może przerodzić się w akcję społeczną - po waszych działaniach może powstać spis potraw dla początkujących flexitarian :)

Inspirujące przepisy można znaleźć np. na stronie: Przepisy (<https://www.bestrak.pl/>)



## Załącznik 1



**ODPOWIEDZIALNOŚĆ** to wypełnianie swoich obowiązków, dotrzymanie słowa, gotowość do ponoszenia konsekwencji własnych wyborów i zachowań. To także postawa aktywnej troski o los innych – rodziny, grupy, społeczeństwa, środowiska i świata, a także dbanie o wspólne dobro i zapobieganie złu. Ponosimy odpowiedzialność za swoje myśli, emocje i zachowania, np. za własną złość, gospodarowanie swoim czasem, wyznaczanie sobie celów i priorytetów, wybór przyjaciół, za swój rozwój, zdrowie, bezpieczeństwo. Dojrzewając, dorastamy do coraz większej odpowiedzialności, także za innych. Bywa ona trudna – czasem wymaga przedłożenia dobra jakiejś sprawy lub interesu innych osób nad własny, a czasem prawdziwej odwagi, gdy sprzeciwiamy się złu lub ratujemy kogoś z narażeniem własnego życia. Odpowiedzialne zachowanie buduje naszą pozycję jako osoby prawej i rzetelnej, a także wzmacnia nasze samouznanie, dając nam poczucie siły i sprawowania kontroli nad własnym życiem.

**ODPOWIEDZIALNOŚĆ** to wypełnianie swoich obowiązków, dotrzymanie słowa, gotowość do ponoszenia konsekwencji własnych wyborów i zachowań. To także postawa aktywnej troski o los innych – rodziny, grupy, społeczeństwa, środowiska i świata, a także dbanie o wspólne dobro i zapobieganie złu. Ponosimy odpowiedzialność za swoje myśli, emocje i zachowania, np. za własną złość, gospodarowanie swoim czasem, wyznaczanie sobie celów i priorytetów, wybór przyjaciół, za swój rozwój, zdrowie, bezpieczeństwo. Dojrzewając, dorastamy do coraz większej odpowiedzialności, także za innych. Bywa ona trudna – czasem wymaga przedłożenia dobra jakiejś sprawy lub interesu innych osób nad własny, a czasem prawdziwej odwagi, gdy sprzeciwiamy się złu lub ratujemy kogoś z narażeniem własnego życia. Odpowiedzialne zachowanie buduje naszą pozycję jako osoby prawej i rzetelnej, a także wzmacnia nasze samouznanie, dając nam poczucie siły i sprawowania kontroli nad własnym życiem.

**ODPOWIEDZIALNOŚĆ** to wypełnianie swoich obowiązków, dotrzymanie słowa, gotowość do ponoszenia konsekwencji własnych wyborów i zachowań. To także postawa aktywnej troski o los innych – rodziny, grupy, społeczeństwa, środowiska i świata, a także dbanie o wspólne dobro i zapobieganie złu. Ponosimy odpowiedzialność za swoje myśli, emocje i zachowania, np. za własną złość, gospodarowanie swoim czasem, wyznaczanie sobie celów i priorytetów, wybór przyjaciół, za swój rozwój, zdrowie, bezpieczeństwo. Dojrzewając, dorastamy do coraz większej odpowiedzialności, także za innych. Bywa ona trudna – czasem wymaga przedłożenia dobra jakiejś sprawy lub interesu innych osób nad własny, a czasem prawdziwej odwagi, gdy sprzeciwiamy się złu lub ratujemy kogoś z narażeniem własnego życia. Odpowiedzialne zachowanie buduje naszą pozycję jako osoby prawej i rzetelnej, a także wzmacnia nasze samouznanie, dając nam poczucie siły i sprawowania kontroli nad własnym życiem.

### Załącznik 2



**UCZCIWOŚĆ** to mówienie prawdy i jej poszanowanie, przyznawanie się do błędu lub winy, nieprzywłaszczanie sobie cudzej własności, rzetelność w wykonywaniu swoich obowiązków np. w ramach nauki i pracy, to także równoprawne traktowanie ludzi, bez faworyzowania. Uczciwość bywa trudna. Wymaga odwagi, gdy mamy przyznać się do kłamstwa czy kradzieży, lub ujawnić złe praktyki innych, narażając się na ich gniew. Wymaga też namysłu, czy w danej sytuacji formalna uczciwość przyniesie dobro, czy zło. Czasem powiedzenie komuś tzw. „prawdy w oczy” na temat jego wyglądu czy sytuacji majątkowej jego rodziny, jest zwykłym nietaktem lub okrucieństwem wynikającym ze złych intencji (nie jest wtedy wartością moralną), a czasem głupotą, gdy szczerze informujemy złodzieja, gdzie mamy schowane pieniądze. Jednak poza sytuacjami wyjątkowymi, uczciwość w codziennym życiu buduje wzajemne zaufanie, które jest podstawą ładu społecznego i dobrych relacji pomiędzy ludźmi.

**UCZCIWOŚĆ** to mówienie prawdy i jej poszanowanie, przyznawanie się do błędu lub winy, nieprzywłaszczanie sobie cudzej własności, rzetelność w wykonywaniu swoich obowiązków np. w ramach nauki i pracy, to także równoprawne traktowanie ludzi, bez faworyzowania. Uczciwość bywa trudna. Wymaga odwagi, gdy mamy przyznać się do kłamstwa czy kradzieży, lub ujawnić złe praktyki innych, narażając się na ich gniew. Wymaga też namysłu, czy w danej sytuacji formalna uczciwość przyniesie dobro, czy zło. Czasem powiedzenie komuś tzw. „prawdy w oczy” na temat jego wyglądu czy sytuacji majątkowej jego rodziny, jest zwykłym nietaktem lub okrucieństwem wynikającym ze złych intencji (nie jest wtedy wartością moralną), a czasem głupotą, gdy szczerze informujemy złodzieja, gdzie mamy schowane pieniądze. Jednak poza sytuacjami wyjątkowymi, uczciwość w codziennym życiu buduje wzajemne zaufanie, które jest podstawą ładu społecznego i dobrych relacji pomiędzy ludźmi.

**UCZCIWOŚĆ** to mówienie prawdy i jej poszanowanie, przyznawanie się do błędu lub winy, nieprzywłaszczanie sobie cudzej własności, rzetelność w wykonywaniu swoich obowiązków np. w ramach nauki i pracy, to także równoprawne traktowanie ludzi, bez faworyzowania. Uczciwość bywa trudna. Wymaga odwagi, gdy mamy przyznać się do kłamstwa czy kradzieży, lub ujawnić złe praktyki innych, narażając się na ich gniew. Wymaga też namysłu, czy w danej sytuacji formalna uczciwość przyniesie dobro, czy zło. Czasem powiedzenie komuś tzw. „prawdy w oczy” na temat jego wyglądu czy sytuacji majątkowej jego rodziny, jest zwykłym nietaktem lub okrucieństwem wynikającym ze złych intencji (nie jest wtedy wartością moralną), a czasem głupotą, gdy szczerze informujemy złodzieja, gdzie mamy schowane pieniądze. Jednak poza sytuacjami wyjątkowymi, uczciwość w codziennym życiu buduje wzajemne zaufanie, które jest podstawą ładu społecznego i dobrych relacji pomiędzy ludźmi.

## Załącznik 3

Ślady twojego czytania: Uczniowie ustalają wspólnie z Prowadzącą/Prowadzącym (mogą też zrobić to według własnego pomysłu) znaki, jakie naniosą na tekst. Symbol odpowiada komentarzowi do tekstu, np.

*	to ważne
+	to potwierdza moje przypuszczenia
o!	to zupełnie inaczej, niż myślałem
?	to mnie zastanawia
nie	z tym się nie zgadzam
tak	z tym się zgadzam
!	ciekawe

## Załącznik 4a

### TAKA ŻYWNÓŚĆ SZKODZI LUDZIOM I PLANECIE

Szkodliwe skutki diety złożonej z ultraprzetworzonych produktów są dobrze udokumentowane. Jednak ten sposób żywienia szkodzi także planecie - powoduje ogromne zużycie wody, zmniejsza różnorodność biologiczną, zanieczyszcza środowisko pestycydami i plastikiem.

Świat coraz szerzej korzysta z ultraprzetworzonych produktów spożywczych. Od wielu lat naukowcy przestrzegają, że dieta oparta na mrożonych pizzach i innych gotowych daniach, przetworzonym mięsie, gotowych przekąskach, ciastkach i słodkich napojach szkodzi zdrowiu.

Mimo to sprzedaż produktów składających się na taką, nazwaną przez badaczy „globalistyczną”, dietę rośnie niemal we wszystkich krajach, a najbardziej w krajach średniozamożnych.

Zespół z Uniwersytetu w Sao Paulo z kolegami z USA i Australii przestrzega, że tego rodzaju żywienie zagraża nie tylko ludziom, ale także planecie.

Jeden z problemów dotyczy bioróżnorodności. Od czasów gdy rozwinęło się rolnictwo, ludzie zidentyfikowali i zaczęli wykorzystywać jako źródło pożywienia ponad 7000 roślin jadalnych, ale tylko ok. 200 gatunków jest uprawianych na szeroką skalę. Tylko 9 z nich odpowiada za ponad 60\* proc. masy pozyskiwanej z upraw. 90 proc. kalorii pochodzi z upraw zaledwie 15 roślin, a ponad 4 mld ludzi polega na trzech z nich - ryżu, pszenicy i kukurydzy.

Produkty zwierzęce powstają natomiast w większości ze zwierząt hodowanych na niewielkich przestrzeniach, które także żywione są jednorodną paszą\*\*.

Oprócz tego, że spadek bioróżnorodności negatywnie wpływa na wartość odżywczą diety, to również utrudnia stworzenie stabilnych systemów produkcji żywności, co zaburza działanie ważnych procesów w biosferze i ekosystemów.

„Gwałtowny wzrost popularności ultra przetworzonych produktów spożywczych będzie wywierał presję na różnorodność gatunków roślin dostępnych do konsumpcji” - ostrzegają autorzy opracowania.

### Załącznik 4a

#### TAKA ŻYWNOSĆ SZKODZI LUDZIOM I PLANECIE

Szkodliwe skutki diety złożonej z ultraprzetworzonych produktów są dobrze udokumentowane. Jednak ten sposób żywienia szkodzi także planecie - powoduje ogromne zużycie wody, zmniejsza różnorodność biologiczną, zanieczyszcza środowisko pestycydami i plastikiem.

Świat coraz szerzej korzysta z ultraprzetworzonych produktów spożywczych. Od wielu lat naukowcy przestrzegają, że dieta oparta na mrożonych pizzach i innych gotowych daniach, przetworzonym mięsie, gotowych przekąskach, ciastkach i słodkich napojach szkodzi zdrowiu.

Mimo to sprzedaż produktów składających się na taką, nazwaną przez badaczy „globalistyczną”, dietę rośnie niemal we wszystkich krajach, a najbardziej w krajach średniozamożnych.

Zespół z Uniwersytetu w Sao Paulo z kolegami z USA i Australii przestrzega, że tego rodzaju żywienie zagraża nie tylko ludziom, ale także planecie.

Jeden z problemów dotyczy bioróżnorodności. Od czasów gdy rozwinęło się rolnictwo, ludzie zidentyfikowali i zaczęli wykorzystywać jako źródło pożywienia ponad 7000 roślin jadalnych, ale tylko ok. 200 gatunków jest uprawianych na szeroką skalę. Tylko 9 z nich odpowiada za ponad 60\* proc. masy pozyskiwanej z upraw. 90 proc. kalorii pochodzi z upraw zaledwie 15 roślin, a ponad 4 mld ludzi polega na trzech z nich - ryżu, pszenicy i kukurydzy.

Produkty zwierzęce powstają natomiast w większości ze zwierząt hodowanych na niewielkich przestrzeniach, które także żywione są jednorodną paszą\*\*.

Oprócz tego, że spadek bioróżnorodności negatywnie wpływa na wartość odżywczą diety, to również utrudnia stworzenie stabilnych systemów produkcji żywności, co zaburza działanie ważnych procesów w biosferze i ekosystemów.

„Gwałtowny wzrost popularności ultra przetworzonych produktów spożywczych będzie wywierał presję na różnorodność gatunków roślin dostępnych do konsumpcji - ostrzegają autorzy opracowania. - Przyszłe fora i konferencje na temat bioróżnorodności i zmian klimatu muszą zwracać uwagę na destrukcję bioróżnorodności rolniczej powodowanej przez produkcję ultra przetworzonej żywności. Powinny też ustalić strategie spowalniające i odwracające tę katastrofę” - dodają specjaliści.

Wytwarzanie tego rodzaju żywności wymaga dużych obszarów ziemi, ogromnych ilości wody, a także pestycydów, nawozów i energii. Wszystko to prowadzi do degradacji środowiska, emisji gazów cieplarnianych i produkcji trudnych do usunięcia odpadów, np. z tworzyw sztucznych - alarmują naukowcy.

Więcej informacji: <http://press.psprings.co.uk/gh/march/bmjgh008269.pdf> (artykuł w jęz. angielskim)

#### Uwagi WWF do ww. artykułu:

\*Tylko 9 uprawianych gatunków odpowiada za ponad 66% masy pozyskiwanej z upraw.

\*\*Produkty zwierzęce powstają w większości ze zwierząt hodowlanych, zwykle również z niewielkiej liczby ras, co dodatkowo wpływa na spadek różnorodności biologicznej.

### Załącznik 4b

#### **CHCESZ CHRONIĆ PLANETĘ? JEDZ LOKALNE PRODUKTY!**

Aż 19 procent światowej emisji gazów cieplarnianych związanych z branżą żywnościową jest spowodowanych przez transport - informują naukowcy na łamach pisma „Nature Food”. Ich zdaniem jedzenie produktów lokalnych pomogłoby uchronić planetę przed skutkami nadmiernych emisji.

W 2007 roku oksfordzkim słowem roku zostało „locavore”. Termin ten oznacza osobę, która spożywa wyłącznie żywność wyhodowaną lub wyprodukowaną w promieniu 100 mil (161 km) od miejsca jej zamieszkania. Teraz, 15 lat później, naukowcy z University of Sydney przypominają ten trend i przekonują, że warto inwestować w jego popularyzację. Wszystko z powodu nowych wyliczeń, według których blisko 20 proc. emisji gazów cieplarnianych pochodzących z szeroko rozumianej branży żywnościowej jest wynikiem transportowania żywności na duże odległości.

Wartość ta jest siedmiokrotnie wyższa, niż szacowano wcześniej, i znacznie przekracza emisje transportowe innych towarów. Np. transport odpowiada za zaledwie 7 proc. emisji pochodzących z przemysłu i tyle samo emisji pochodzących z przedsiębiorstw użyteczności publicznej.

Jak twierdzi główna autorka badania (DOI 10.1038/s43016-022-00531-w) dr Mengyu Li z University of Sydney School of Physics, priorytetem – szczególnie wśród krajów zamożnych – powinno więc stać się spożywanie żywności uprawianej i produkowanej lokalnie.

„Nasze badanie pokazuje, że globalne systemy żywnościowe, ze względu na transport, produkcję i zmiany użytkowania gruntów, przyczyniają się do około 30 proc. całkowitej emisji gazów cieplarnianych wytwarzanych przez człowieka. Tak więc nawet sam transport żywności – na poziomie około 6 proc. – stanowi lwią część tego zjawiska” – mówi specjalistka.

„A emisje z transportu żywności to prawie połowa bezpośrednich emisji z pojazdów drogowych” – podkreśla.

Ekolog żywienia i współautor publikacji prof. David Raubenheimer dodaje: „Zanim opublikowaliśmy nasze wyniki, największą winą za wysokie emisje obarczano produkcję żywności odzwierzęcej, która jest dużo bardziej szkodliwa dla klimatu niż ta roślinna. Tymczasem nasze badanie pokazuje, że oprócz przejścia na dietę roślinną, także przejście na dietę lokalną przyniosłoby świetne efekty, zwłaszcza w krajach zamożnych”.

W ramach omawianego badania naukowcy wyliczyli, że transport żywności generuje ok. 1 gigatona emisji rocznie, co odpowiada 19 proc. wszystkich emisji związanych z branżą spożywczą.

W swojej analizie uwzględnili 74 kraje (pochodzenia i przeznaczenia produktów i towarów żywnościowych), 37 sektorów gospodarki (warzywny, owocowy, hodowlany, produkcyjny itp.), międzynarodowe i krajowe szlaki transportowe oraz wagę i ilość przewożonych produktów żywnościowych.

Głównymi emitarami transportu żywności okazały się być Chiny, Stany Zjednoczone, Indie i Rosja. Jednak naukowcy ujawnili jeszcze inną, ciekawą kwestię: państwa najbogatsze, takie jak Stany Zjednoczone, Niemcy, Francja i Japonia, choć łącznie stanowią 12,5 proc. światowej populacji, to generują prawie połowę (46 proc.) wszystkich emisji związanych z transportem żywności.

Sama zaś Australia jest drugim co do wielkości producentem tego rodzaju emisji, wzięwszy pod uwagę zakres i wielkość jej podstawowej produkcji.

### Załącznik 4b

Badanie ujawniło również, że emisje z transportu zależą od rodzaju żywności. Na przykład transport owoców i warzyw generuje prawie dwa razy więcej emisji niż ich produkcja; owoce i warzywa stanowią łącznie ponad jedną trzecią emisji pochodzących z transportu żywności.

„Wszystko przez to, że wymagają przewożenia i przechowywania w kontrolowanej temperaturze” – wyjaśnia dr Li.

Dodatkowo naukowcy postanowili obliczyć, jak wyglądałaby redukcja emisji, gdyby cała światowa populacja zaczęła jeść tylko produkty lokalne. Okazało się, że wyniosłaby ona 0,38 gigatony, co odpowiada emisji generowanej przez podróż jednej tony na Słońce i z powrotem 6000 razy.

Badacze przyznają jednak, że scenariusz taki nie jest oczywiście realistyczny. Chociażby dlatego, że wiele regionów nie jest (i nie może być) samowystarczalnych pod względem zaopatrzenia w żywność. Jednak w pewnym stopniu można by go wdrożyć. „Na przykład rolnictwo podmiejskie ma znaczny potencjał, jeśli chodzi o wyżywienie mieszkańców pobliskich miast” – uważają autorzy publikacji.

Poza tym – ich zdaniem – bogatsze kraje mogą zredukować emisje związane z transportem żywności za pomocą wielu różnych mechanizmów: inwestowania w czystsze źródła energii dla pojazdów, zachęcanie przedsiębiorstw spożywczych do stosowania mniej emisyjnych metod produkcji i dystrybucji, zmianę czynników chłodniczych na bardziej neutralne dla środowiska.

„Zarówno inwestorzy, jak i rządy państw mogą pomóc zmniejszyć skalę problemu, tworząc warunki sprzyjające zrównoważonej dostawie żywności” – twierdzą.

„Jednak pamiętajmy, że podaż jest napędzana przez popyt, co oznacza, że to konsument ma ostateczną moc zmiany tej sytuacji. I to właśnie zmiana postaw i zachowań konsumentów w kierunku bardziej zrównoważonej diety mogłaby przynieść środowisku największe korzyści” – podkreśla prof. Raubenheimer.

Jego zdaniem jednym z najjaskrawszych przykładów niezrównoważonej diety jest żądanie przez mieszkańców krajów zamożnych ciągłego dostępu do niesezonowych produktów spożywczych, które muszą być transportowane z najbardziej odległych części świata.

„Tymczasem spożywanie lokalnych, sezonowych alternatyw, jak się to działo przez większość historii naszego gatunku, pomogłoby zapewnić zdrowszą planetę dla przyszłych pokoleń” – podsumowuje.

Źródło: portal Wgospodarce.pl, artykuł z dn. 22 czerwca 2022 „Chcesz chronić planetę? Jedz lokalne produkty”, <https://wgospodarce.pl/informacje/113502-chcesz-chronic-planete-jedz-lokalne-produkty>



### Załącznik 5



**ŻYCZLIWOŚĆ** to przyjazne traktowanie innych, troska o ich potrzeby i gotowość do ich zaspokojenia. Wyraża się dobrą wolą i bezinteresowną pomocą oraz nieprzedkładaniem własnych interesów ponad dobro innych. Wyrasta z sympatii i zaufania do ludzi i świata, z przekonania, że potrzeby innych – nie tylko ludzi, ale i zwierząt – są ważne. W tle tej wartości leży też wiara, że możemy na siebie wzajemnie liczyć, że my również możemy otrzymać od innych pomoc i wsparcie, gdy będziemy ich potrzebowali. Prawdziwej życzliwości uczymy się przez obserwację, doświadczanie i naśladowanie okazywanej nam życzliwości. „Wchłaniamy ją” z klimatu domu i otoczenia oraz własnych doświadczeń.

**ŻYCZLIWOŚĆ** to przyjazne traktowanie innych, troska o ich potrzeby i gotowość do ich zaspokojenia. Wyraża się dobrą wolą i bezinteresowną pomocą oraz nieprzedkładaniem własnych interesów ponad dobro innych. Wyrasta z sympatii i zaufania do ludzi i świata, z przekonania, że potrzeby innych – nie tylko ludzi, ale i zwierząt – są ważne. W tle tej wartości leży też wiara, że możemy na siebie wzajemnie liczyć, że my również możemy otrzymać od innych pomoc i wsparcie, gdy będziemy ich potrzebowali. Prawdziwej życzliwości uczymy się przez obserwację, doświadczanie i naśladowanie okazywanej nam życzliwości. „Wchłaniamy ją” z klimatu domu i otoczenia oraz własnych doświadczeń.

**ŻYCZLIWOŚĆ** to przyjazne traktowanie innych, troska o ich potrzeby i gotowość do ich zaspokojenia. Wyraża się dobrą wolą i bezinteresowną pomocą oraz nieprzedkładaniem własnych interesów ponad dobro innych. Wyrasta z sympatii i zaufania do ludzi i świata, z przekonania, że potrzeby innych – nie tylko ludzi, ale i zwierząt – są ważne. W tle tej wartości leży też wiara, że możemy na siebie wzajemnie liczyć, że my również możemy otrzymać od innych pomoc i wsparcie, gdy będziemy ich potrzebowali. Prawdziwej życzliwości uczymy się przez obserwację, doświadczanie i naśladowanie okazywanej nam życzliwości. „Wchłaniamy ją” z klimatu domu i otoczenia oraz własnych doświadczeń.

**ŻYCZLIWOŚĆ** to przyjazne traktowanie innych, troska o ich potrzeby i gotowość do ich zaspokojenia. Wyraża się dobrą wolą i bezinteresowną pomocą oraz nieprzedkładaniem własnych interesów ponad dobro innych. Wyrasta z sympatii i zaufania do ludzi i świata, z przekonania, że potrzeby innych – nie tylko ludzi, ale i zwierząt – są ważne. W tle tej wartości leży też wiara, że możemy na siebie wzajemnie liczyć, że my również możemy otrzymać od innych pomoc i wsparcie, gdy będziemy ich potrzebowali. Prawdziwej życzliwości uczymy się przez obserwację, doświadczanie i naśladowanie okazywanej nam życzliwości. „Wchłaniamy ją” z klimatu domu i otoczenia oraz własnych doświadczeń.