



Polska Zielona Sieć



SCENARIUSZ ZAJĘĆ LEKCYJNYCH DLA UCZNIÓW  
SZKÓŁ PODSTAWOWYCH  
KLAS IV – VI

**Treści programowe:** wprowadzenie uczniów do tematyki konsumenckiej, zakupy, reklama, bezpieczeństwo produktu, zrównoważona konsumpcja, żywienie, podsumowanie

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny, ćwiczenia praktyczne, aranżowane scenki z udziałem uczniów

**Pomoce dydaktyczne:** wykaz instytucji zajmujących się ochroną praw konsumentów w Polsce, scenariusze scenek, niektóre znaki i symbole związane z bezpieczeństwem produktu, definicje pojęć, piramida żywieniowa, zasady racjonalnego żywienia, krzyżówka sprawdzająca wiedzę

**Środki dydaktyczne:** broszura edukacyjna, film, komputer, rzutnik multimedialny, tablica, paragon, różne opakowania (np.: torebka papierowa, plastikowa „reklamówka”, torba płócienna, butelka szklana, butelka PET) lub/i produkty w opakowaniach (np. owoce w plastikowym opakowaniu i owoce luzem), kilka różnych etykiet produktów żywnościowych, arkusze A4 z ankietą oceniająco-doskonalącą

**Czas:** szkolenie: 3 x 45 minut; przerwy: 2 x 10 – 15 minut



Projekt „Co młody konsument wiedzieć powinien?” jest ogólnopolską konsumencką kampanią edukacyjną dla dzieci i młodzieży szkolnej. Celem kampanii jest rozbudzenie świadomości konsumenckiej wśród dzieci i młodzieży oraz dostarczenie młodym konsumentom informacji o ich najważniejszych prawach i obowiązkach.

W ramach projektu od września 2006 r. do czerwca 2007 r. przeprowadzonych zostanie 480 szkoleń w 160 szkołach we wszystkich województwach w Polsce dla uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych oraz ponadgimnazjalnych w wieku od 10 do 19 lat.

Zorganizowany zostanie również ogólnopolski konkurs plastyczny „Co młody konsument wiedzieć powinien?”, a także powstanie internetowy serwis edukacyjny [www.mlodykonsument.pl](http://www.mlodykonsument.pl).

Związek Stowarzyszeń Polska Zielona Sieć  
ul. Sławkowska 26 A  
31-014 Kraków  
tel./fax: (012) 431 28 08  
e-mail: [info@zielonasiec.pl](mailto:info@zielonasiec.pl)  
[www.zielonasiec.pl](http://www.zielonasiec.pl)

Opracowanie:  
Maria Huma

Konsultacja pedagogiczna:  
Wanda Silezin

Konsultacja prawna:  
Marcin Stoczkiewicz

Korekta:  
Andrzej Żwawa

Skład i druk:  
Drukarnia „Goldruk”

Chcesz przeprowadzić szkolenie dla uczniów także w Twojej szkole? Wszystkie niezbędne materiały edukacyjne i dydaktyczne znajdziesz na stronie [\*\*www.mlodykonsument.pl\*\*](http://www.mlodykonsument.pl)

# WPROWADZENIE

**Treści programowe:** wprowadzenie uczniów do tematyki konsumenckiej, wyjaśnienie pojęcia „konsument”, przedstawienie głównych instytucji zajmujących się ochroną praw konsumentów w Polsce

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny

**Pomoce dydaktyczne:** wykaz instytucji zajmujących się ochroną praw konsumentów w Polsce

**Środki dydaktyczne:** tablica, film, komputer, rzutnik multimedialny

**Czas:** 45 minut („Wprowadzenie”: 10 minut, film: 35 minut)

Rozpocznij lekcję od rozdania uczniom broszur edukacyjnych.

Następnie zrób wprowadzenie do tematu, którego propozycję znajdziesz poniżej.

**Zapytaj** uczniów:

Czy wiedzą co oznacza słowo „konsument” i kogo nazywamy konsumentami?

Poproś, aby wymienili wszystkie skojarzenia dotyczące pojęcia konsument.

Następnie **napisz** na tablicy:

- wycieczka do kina
- kupowanie chleba
- rozmowa przez telefon
- kupowanie nowych spodni
- wizyta u fryzjera

**Zapytaj**, w których z powyższych sytuacji jesteśmy konsumentami?

Jeśli uczniowie nie odpowiedzą, że *we wszystkich* – **wyjaśnij**, że konsumentami jesteśmy nie tylko w momencie dokonywania zakupów w sklepie, lecz także korzystając z różnych usług, np. z telewizji, kina, Internetu.

**Zadaj kilka pytań** sprawdzających, czy uczniowie dobrze zrozumieli pojęcie „konsument”, np.:

Czy konsumentem jest Pan, który tankuje benzynę do swojego samochodu?

Czy konsumentem jest Pani, która właśnie leci samolotem?

Czy konsumentem jest rodzina, która kupuje bilety na przedstawienie teatralne?

Następnie **wyflumacz** uczniom, że wszystkim konsumentom przysługuje wiele różnych praw, które poznają w trakcie tych zajęć. Niestety zdarza się czasami, że niektórzy przedsiębiorcy – sprzedawcy czy usługodawcy – nie przestrzegają tych praw i dlatego tak ważne jest, abyśmy my, konsumenci znali swoje prawa i umieli ich bronić. Zawsze możemy jednak liczyć na kilka instytucji, które pomogą nam w przypadku, gdy przedsiębiorca złamie nasze prawa.

## Instytucje ochrony konsumentów, czyli kto pomaga konsumentom?

W SPRAWACH INDYWIDUALNYCH:

**Miejski/Powiatowy Rzecznik Konsumentów** – do jego zadań należy zapewnienie bezpłatnego poradnictwa konsumenckiego i informacji prawnej w zakresie ochrony interesów konsumentów. Jest w każdym mieście lub powiecie. Jest on naszym reprezentantem, który broni naszych interesów. Może więc skontaktować się z nieuczciwą firmą i spróbować wpłynąć na załatwienie sprawy. Jeżeli to nie poskutkuje, może pozwać przedsiębiorcę do sądu i wziąć udział w postępowaniu.

**Organizacje konsumenckie** – w indywidualnej sprawie konsument może się zwrócić także do organizacji konsumenckich, np. Federacji Konsumentów bądź Stowarzyszenia Konsumentów Polskich. Reprezentują one interesy konsumentów oraz udzielają nieodpłatnej pomocy konsumentom w dochodzeniu ich roszczeń.

JEŚLI PROBLEM DOTYCZY ZBIOROWYCH INTERESÓW KONSUMENTÓW – np. nieprawdziwa informacja na opakowaniu produktu, ukryte wady przedmiotu – skargę (w postaci pisemnej, faksem, telefonicznie, e-mailem lub podczas rozmowy z urzędnikiem) można wnieść do **Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów**, w skrócie UOKiK. Jest to centralny urząd w sprawach ochrony konsumentów i ochrony konkurencji.

Po wprowadzeniu uczniów do tematyki konsumenckiej, zapoznaj ich z bohaterami filmu i broszury edukacyjnej – Natalią, Kubą i Julią.

Następnie **odtwórz film**.

Po odtworzeniu filmu:

**Zrób 10 – 15 minutową przerwę**

# TEMAT: ZAKUPY

**Treści programowe:** omówienie czynności, jakie powinno się wykonać przed zakupem towaru lub usługi, omówienie praw konsumenta i obowiązków sprzedawcy w miejscu sprzedaży, omówienie praw konsumenta do reklamacji towaru

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny, aranżowana scenka z udziałem uczniów ilustrująca dokonywanie zakupów w sklepie

**Pomoce dydaktyczne:** scenariusz scenki

**Środki dydaktyczne:** paragon

**Czas:** 25 minut

Po przerwie, odnosząc się do zachowania bohaterów filmu, zwłaszcza Natalki, **zapytaj** uczniów:

Co najbardziej lubią kupować?

Jakie przedmioty kupują sami, a jakie kupują dla nich rodzice, krewni itd.?

Jak często robią samodzielnie zakupy?

Jakie towary wtedy kupują i do jakich chodzą sklepów?

Następnie **wyjaśnij** uczniom, że dzieci i młodzież poniżej 13 roku życia samodzielnie może robić jedynie drobne zakupy (jedzenie, lody, długopisy, zeszyty, książki). Droższe przedmioty (ubrania, sprzęt, meble, etc.) muszą kupować im dorośli.

Zgodnie z **Ustawą z dnia 23 kwietnia 1964 r. – Kodeks Cywilny (Dz. U. 1964 nr 16 poz. 93)** dzieci **poniżej 13 roku** życia nie mają zdolności do czynności prawnych czyli w ogóle nie powinny zawierać umów konsumenckich. Jeżeli jednak dziecko zawarło umowę należącą do umów powszechnie zawieranych w drobnych bieżących sprawach życia codziennego, to umowa taka jest ważna, o ile dziecko nie zostało pokrzywdzone (np. poprzez żądanie rażąco wygórowanej ceny za towar, niewydanie reszty lub sprzedanie towaru złej jakości). W sytuacji więc, gdyby dziecko zostało oszukane przez sprzedawcę, to taki zakup byłby nieważny i sprzedawca musiałby zwrócić pieniądze.

Następnie **zapytaj** uczniów, jakie czynności powinno się wykonać przed zakupem danej rzeczy?

W razie potrzeby **uzupełnij** odpowiedzi uczniów, iż powinniśmy przede wszystkim:

- przemyśleć dokładnie czego potrzebujemy i co chcemy kupić
- porównać różne produkty spełniające nasze wymagania
- obejrzeć dokładnie każdą rzecz przed kupnem, przymierzyć, sprawdzić czy działa
- przeczytać wszelkie dostępne informacje na temat interesującego nas produktu – zwłaszcza te na etykiecie

**Wyjaśnij**, że prawidłowo skonstruowana **e t y k i e t a** musi zawierać:

- nazwę producenta lub importera i adres

na ubraniach dodatkowo:

- z jakich materiałów są wykonane oraz jak je prać lub czyścić

żywność: szczególne regulacje (patrz temat: Żywnienie)

**Dodaj**, że idąc do sklepu warto mieć ze sobą **l i s t ę z a k u p ó w**, na wypadek jakbyśmy zapomnieli co chcemy kupić, lub gdyby sprzedawca chciał nam koniecznie sprzedać coś, czego nie potrzebujemy.

**Pokaż** uczniom **p a r a g o n**. Zapytaj do czego on służy i jakie znajdują się na nim informacje. Wyłutacz, że paragon jest naszym dowodem zakupu – czyli informacją – co, kiedy, od kogo i za ile kupiliśmy.

Zawsze po zakupie pamiętajmy, żeby zabrać go ze sobą. Powinniśmy przechowywać go przez 2 lata!

Następnie **zaaranżuj scenkę**, z udziałem ucznia (zapytaj się, kto ma ochotę wziąć w niej udział), w trakcie której wcielisz się w rolę sprzedawcy, a uczeń w rolę konsumenta dokonującego zakupu w osiedlowym sklepie spożywczym.

## Scenariusz scenki:

**Konsument:** Dzień dobry, chciałbym/chciałabym kupić bochenek chleba razowego, jogurt truskawkowy, 4 ogórki i ser żółty...

**Sprzedawca:** Ile tego sera?

**K:** Hmm...

**S:** To przyjdź jak będziesz wiedział/a.

**K:** Nie muszę, mam listę zakupów.

**S:** No dobrze, popatrzmy co tutaj mamy: chleb, ogórki, jogurt i ser żółty – 20 deko.

**K:** A ile to będzie kosztowało, bo mam tylko 15 złotych?

**S:** Nie wiem, okaże się jak policzę!

**K:** A czy ten chleb jest świeży, bo wygląda na lekko czerstwy?

**S:** Dziecko drogie, a gdzie ja mam głowę pamiętać kiedy dokładnie była dostawa każdego produktu. Sprawdzisz jak kupisz!  
**K:** A jak okaże się czerstwy to czy będę mógł/a go zwrócić?  
**S:** No przecież masz tu napisane „Po odejściu od kasy reklamacji nie uwzględnia się”.  
**K:** No nic, to ja jednak dziękuję i nie wezmę tego chleba. Poproszę w takim razie ser, jogurt i ogórki.  
**S:** Proszę!  
**K:** Dziękuję. Poproszę też paragon.  
**S:** Proszę bardzo!  
**K:** Dziękuję. Do widzenia!

Po zakończeniu scenki **zapytaj** uczniów czy zdarzyło się im spotkać kiedykolwiek takiego niemiłego sprzedawcę? **Wyjaśnij**, że sposób jego zachowania jest nie tylko niemiły, ale także **n i e z g o d n y z p r a w e m !**

**Wyjaśnij**, że zgodnie z odpowiednimi przepisami prawa sprzedawca musi:

- podać dokładną cenę każdego produktu – *tak więc sprzedawca powinien podać nam cenę każdego towaru, który nas interesuje zanim go kupimy, dodatkowo w przypadku żywności sprzedawca ma obowiązek podania dwóch cen: konkretnego towaru i za jednostkę miary (np. kilogram)*
- udzielać kupującemu jasnych, zrozumiałych i nie wprowadzających w błąd informacji wystarczających do prawidłowego i pełnego korzystania ze sprzedawanego towaru – *tak więc sprzedawca powinien nam powiedzieć kiedy dokładnie była dostawa interesującego nas chleba*
- zapewnić warunki umożliwiające wybór i sprawdzenie jakości towaru – *jeżeli sprzedawca nie wiedział czy chleb jest świeży powinien umożliwić nam sprawdzenie tego jeszcze przed jego zakupem*

**Wyjaśnij** także uczniom, że umieszczanie, często spotykanych w sklepach tabliczek z napisami typu: „Po odejściu od kasy reklamacji nie uwzględnia się”, „Towar nie podlega reklamacji”, „Reklamacje uwzględniane są tylko w dniu zakupu” itd. jest niezgodne z prawem! Konsument ma zawsze prawo do złożenia reklamacji u sprzedawcy, który ponosi odpowiedzialność za sprzedany nam towar!

**Wytłumacz** uczniom, że reklamacje składa się na podstawie paragonu, wtedy gdy kupiony towar jest uszkodzony, niekompletny lub nie działa tak jak powinien. Gdy reklamacja zostanie uwzględniona sprzedawca powinien towar naprawić, wymienić, a jeśli okaże się to uciążliwe dla klienta lub zbyt drogie, obniżyć cenę lub zwrócić pieniądze.

## TEMAT: REKLAMA

**Treści programowe:** omówienie źródeł informacji o produktach, weryfikacja informacji zawartych w reklamie

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny, ćwiczenie w trakcie którego uczniowie będą opracowywać i prezentować treść reklamy danego produktu

**Środki dydaktyczne:** tablica

**Czas:** 20 minut

**Napisz** na tablicy:

- rodzice
- koledzy
- nauczyciele
- telewizja
- radio
- Internet
- czasopisma

**Zapytaj** uczniów, które z powyższych źródeł informacji o produktach wydają im się najbardziej wiarygodne i z których korzystają najczęściej?

Następnie **zapytaj** jak często uczniowie oglądają reklamy i czy lubią je oglądać?

**Napisz** na tablicy:

- cukierki
- pasta do zębów
- telefon komórkowy
- chipsy

**Podziel** klasę na 4 grupy i każdej grupie przydziel 1 produkt.

**Poproś** uczniów, aby wyobrazili sobie, że pracują w agencjach reklamowych i mają za zadanie stworzyć reklamy powyższych produktów, a następnie poproś o krótkie prezentacje.

Po prezentacji każdej z grup **przeprowadź z uczniami rozmowę** o przygotowanych prezentacjach.

**Opisz** uczniom jak działa reklama i zapytaj do czego konkretnie służy. **Uzupełnij** wypowiedzi uczniów, że celem każdej reklamy jest przede wszystkim zachęcanie odbiorców do kupna reklamowanego produktu. Niekiedy naprawdę potrzebujemy kremu czy proszku do prania. Innym razem kupujemy, bo rzecz, jaką zobaczyliśmy w reklamie, na tyle się nam spodobała, że chcemy ją mieć. Reklamy zatem kreują nasze potrzeby! Sprawiają, że kupujemy przedmioty, które czasami wcale nie są nam potrzebne.

**Zapytaj** się uczniów czy celowo pominęli jakieś informacje o produkcie. **Wyjaśnij**, że producenci niektórych produktów również mogą pomijać pewne informacje, inne zaś wyolbrzymiać, „podkolorowywać” – czyli prezentować dany produkt jako bardziej niezbędny, atrakcyjny, zdrowy czy bezpieczny.

**Podaj przykłady** takich reklam:

- Wybielająca pasta do zębów – czy aby na pewno stosowanie jej przez 1 tydzień sprawi, że nasze zęby będą idealnie białe?
- Komórka w kolorowej obudowie – czy aby na pewno jest to najważniejsza i najbardziej interesująca nas cecha produktu? Czy nie powinniśmy jednak coś więcej o niej wiedzieć (np. znać czas po jakim bateria się wyładuje)?
- Cukierki o śmiesznych kształtach – czy aby na pewno spowodują, że będziemy śmiać się do łez i czy fakt, że są kaloryczne i psują się po nich zęby nie jest ważniejszy od ich kształtu?
- Chipsy – czy aby na pewno ich spożywanie spowoduje, że np. lepiej będziemy się bawić w gronie naszych przyjaciół?

**Podsumuj** temat stwierdzeniem, że reklama służy temu, aby skłonić nas do konkretnego zakupu lub skorzystania z konkretnej usługi. Do obietnic zawartych w reklamach podchodzimy z dystansem i dużą dozą krytycyzmu. Lepiej czasem zaufać rodzicom, nauczycielom i własnemu zdrowemu rozsądkowi niż reklamom.

**Zrób 10 – 15 minutową przerwę**

## TEMAT: BEZPIECZEŃSTWO PRODUKTU

**Treści programowe:** omówienie czym jest i dlaczego warto zwracać uwagę na bezpieczeństwo produktu, omówienie jakie przedmioty są a jakie nie są bezpieczne, omówienie znaków i symboli związanych z bezpieczeństwem produktu

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny

**Pomoce dydaktyczne:** niektóre znaki i symbole związane z bezpieczeństwem produktu

**Środki dydaktyczne:** tablica

**Czas:** 10 minut

Na początek **poproś** uczniów, aby wymienili przedmioty, które według nich są, a które nie są bezpieczne. Wymienione przez uczniów przedmioty zapisz w 2 kolumnach na tablicy. Następnie poproś ich, aby wymienili cechy, które różnią te 2 grupy produktów i zastanowili się, czym według nich jest bezpieczeństwo produktu.

Następnie **wytłumacz**, że bezpieczny produkt to taki, który nie stanowi zagrożenia dla naszego zdrowia podczas normalnego stosowania – czyli zgodnego z przeznaczeniem.

**Podaj przykłady** niebezpiecznych produktów, np.:

- wysuwany nożyk, który nie ma odpowiedniego zabezpieczenia i może nas skaleczyć
- lampka nocna z nieodpowiednią izolacją elektryczną, która może być przyczyną porażenia i/lub pożaru
- zbyt mała zabawka, lub zabawka z wystającą częścią, którą dziecko może połknąć, lub którą może się skaleczyć

Następnie **wytłumacz** uczniom, że za bezpieczeństwo każdego produktu znajdującego się w sprzedaży odpowiedzialny jest producent. Jednak to przede wszystkim my musimy zadbać o nasze własne bezpieczeństwo i sami podejmować rozsądne decyzje. Przede wszystkim nie powinniśmy kupować przedmiotów niebezpiecznych (np. fajerwerków), od niesprawdzonych sprzedawców (np. na ulicy), powinniśmy czytać wszystkie ostrzeżenia znajdujące się na opakowaniach informujące nas o różnych zagrożeniach (np. w przypadku zabawek: „Nieodpowiednie dla dzieci w wieku poniżej 3 lat”, a w przypadku deskorolki czy łyżew: „Uwaga, konieczność stosowania sprzętu ochronnego”), a także dokładnie czytać instrukcję obsługi każdego urządzenia.

Następnie zapoznaj uczniów ze znakiem CE umieszczanym na produktach. **Wytłumacz** uczniom, że znak ten jest deklaracją producenta, że wyrób wprowadzany do obrotu w dowolnym państwie Unii Europejskiej spełnia zasadnicze wymagania,

w tym właśnie procedury bezpieczeństwa. Kupując więc wyrób oznakowany CE, zyskujemy pewność, że możemy go bezpiecznie używać w naszym kraju.

**Wy tłumacz** także, że znak ten producent musi umieszczać na:

- zabawkach
- sprzęcie elektrycznym, w tym telewizorach, radiu, komputerach, kalkulatorach, aparatach fotograficznych itd.
- lampach
- lodówkach i zamrażarkach
- wentylatorach
- łodziach
- odzieży ochronnej
- wyrobach budowlanych
- dźwigach i windach

Korzystając z broszury edukacyjnej **przedstaw** uczniom także inne symbole umieszczane na opakowaniach produktów związane z ich bezpieczeństwem: graficzny znak ostrzegawczy dotyczący wieku dziecka i „materiał łatwopalny”.

#### Niektóre znaki i symbole związane z bezpieczeństwem produktu:



**Oznakowanie CE** – to symbol umieszczany na ponad dwudziestu grupach produktów, w tym zabawkach, za pomocą którego producent przekazuje nam informacje, że wyroby te zostały wytworzone zgodnie z wszystkimi zasadniczymi dla nich wymaganiami. Symbol CE stosowany jest we wszystkich krajach Unii Europejskiej



**Graficzny znak ostrzegawczy dotyczący wieku dziecka** – umieszczając ten znak na zabawce lub na jej opakowaniu, producent informuje, że zabawka może być niebezpieczna dla dzieci poniżej 3 roku życia



**„Materiał łatwopalny”** – symbol informuje, że nie wolno zbliżać produktu do ognia ani go ogrzewać; występuje na opakowaniach dezodorantów i innych produktów w aerozolu

## TEMAT: ZRÓWNOWAŻONA KONSUMPCJA

**Treści programowe:** omówienie pojęć: „zrównoważony rozwój” i „zrównoważona konsumpcja”, uwrażliwienie uczniów na fakt, iż za pomocą codziennych zakupów wpływają na stan środowiska przyrodniczego i jakość życia przyszłych pokoleń

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny, ćwiczenie praktyczne

**Pomoce dydaktyczne:** definicje pojęć

**Środki dydaktyczne:** różne opakowania (np.: torebka papierowa, plastikowa „reklamówka”, torba płócienna, butelka szklana, butelka PET) lub/i produkty w opakowaniach (np. owoce w plastikowym opakowaniu i owoce luzem)

**Czas:** 10 minut

Rozpocznij temat od wyjaśnienia uczniom, iż za pomocą naszych codziennych wyborów w sklepie wpływamy zarówno na stan środowiska przyrodniczego jak i stan zdrowia ludzi, którzy w przyszłości będą zamieszkiwać naszą planetę. Wyjaśnij, że takie właśnie poczucie odpowiedzialności nazywa się zrównoważoną konsumpcją. Termin ten pochodzi od pojęcia zrównoważonego rozwoju, czyli rozwoju przyjaznego zarówno dla ludzi jak i dla środowiska naturalnego.

**Definicja pojęcia „rozwój zrównoważony” opracowana przez Światową Komisję ds. Środowiska i Rozwoju w 1986 r.:**

Rozwój zrównoważony jest to rozwój, który zaspokaja potrzeby obecnego pokolenia bez pozbawiania możliwości przyszłych pokoleń do zaspokojenia ich potrzeb.

**Definicja pojęcia „rozwój zrównoważony” opracowana na Konferencji ONZ „Środowisko i Rozwój” w Rio de Janeiro w 1992 r.:**

Rozwój zrównoważony jest to strategia przekształceń ekologicznych, społecznych, techniczno-technologicznych i organizacyjnych, których celem jest osiągnięcie racjonalnego i trwałego poziomu dobrobytu społecznego, umożliwiającego przekazanie go następnym pokoleniom bez obawy zagrożenia destrukcją zasobów przyrody i ekosystemów.

**Wy tłumacz** uczniom, że za pomocą naszych codziennych wyborów w sklepie możemy stopniowo wpływać na poprawę środowiska w którym żyjemy i tym samym jakość życia przyszłych pokoleń. Jednym z rozwiązań jest ograniczenie ilości odpadów

które produkujemy – np. poprzez kupowanie produktów w ekologicznych i zwrotnych opakowaniach, jak również poprzez ich segregację.

**Położ** na stole kilka różnych opakowań lub produktów w różnych opakowaniach.

**Poproś** uczniów, aby zastanowili się, które opakowania są przyjazne dla środowiska, a które nie? Zapytaj z czego wykonane są poszczególne opakowania i które z produktów można kupić w innym lub bez opakowania?

**Uzupełnij** wypowiedzi uczniów. Zwróć szczególną uwagę, że idąc na zakupy zawsze warto mieć ze sobą **w ł a s n ą t o r b ę** wielokrotnego użytku. Ograniczamy w ten sposób ilość niepotrzebnych odpadów – plastikowych „reklamówek”.

Następnie **wy tłumacz** uczniom, że nie tylko opakowania ale także **i l o ś ć** kupowanych przez nich produktów wpływa na stan środowiska przyrodniczego. Im więcej bowiem produktów kupujemy, tym więcej energii i wody zużywamy i tym więcej śmieci produkujemy.

## TEMAT: ŻYWIENIE

**Treści programowe:** omówienie zasad zdrowego i racjonalnego żywienia, omówienie informacji, jakie powinny być umieszczane na etykietach produktów żywnościowych

**Metody dydaktyczne:** wykład interaktywny, ćwiczenie praktyczne

**Pomoce dydaktyczne:** piramida żywieniowa, zasady racjonalnego żywienia

**Środki dydaktyczne:** tablica, kilka różnych etykiet produktów żywnościowych (w tym produktu nietrwałego mikrobiologicznie – np. świeżo tłoczonego soku z owoców)

**Czas:** 20 minut

**Napisz** na tablicy:

- jogurt
- marchewka
- czekolada
- chipsy
- napój gazowany
- świeżo tłoczony sok z owoców
- płatki zbożowe

**Podziel** klasę na 7 grup i każdej grupie przydziel 1 produkt. **Poproś** uczniów, aby w grupach zastanowili się nad jakością żywieniową poszczególnych produktów.

**Zapytaj:**

Czy przynależny ich grupie produkt jest zdrowy?

Jak często powinien być spożywany?

Czy zawiera niezbędne do prawidłowego rozwoju organizmu składniki odżywcze, np. witaminy itp.

Po prezentacjach poszczególnych grup **uzupełnij** wypowiedzi uczniów na temat jakości żywieniowej produktów użytych w ćwiczeniu.

W tym celu **napisz** na tablicy w dowolnej kolejności następujące rodzaje produktów:

- pieczywo, kasza, ryż, makarony, płatki zbożowe
- owoce
- warzywa
- mleko, jogurt, kefir, ser biały, ser żółty
- mięso, ryby
- jaja
- słodycze
- chipsy
- napoje gazowane

**Narysuj** na tablicy piramidę z 6 piętrami.

**Poproś** uczniów, aby umiejscowili produkty z tablicy na odpowiednim piętrze, w zależności od tego, jak często je spożywają. W tym celu poproś jednego ochotnika do tablicy, żeby wpisywał w puste pola piramidy produkty wymieniane przez uczniów.



Jeżeli ich piramida będzie różna od prawidłowo skonstruowanej piramidy żywieniowej – **przedstaw** uczniom piramidę żywieniową znajdującą się w broszurze edukacyjnej, którą otrzymali przed zajęciami.

### Piramida żywieniowa zalecana przez Polskie Towarzystwo Kardiologiczne i Polskie Naukowe Towarzystwo Otyłości i Przemiany Materii



Nadal bazując na piramidzie żywieniowej, **wyjaśnij** w skrócie uczniom zasady zdrowego i racjonalnego żywienia.

#### Zasady racjonalnego żywienia:

Podstawowym składnikiem naszej diety powinny być produkty zbożowe – pieczywo, kasze, ryż, makarony, płatki zbożowe. Stanowią one bogate źródło węglowodanów, składników mineralnych i błonnika. Węglowodany, czyli inaczej cukry, są głównym źródłem potrzebnej do życia energii. Błonnik zaś jest potrzebny do tego, aby zdrowo i sprawnie trawić zjedzony pokarm. Najcenniejsze związki znajdują się tuż pod okrywą otaczającą ziarno zboża, która jest odrzucana podczas produkcji białej mąki. Dla naszego zdrowia znacznie korzystniej będzie więc, jeśli zamiast białej bułki zjemy kromkę razowego chleba (najlepiej z ziarnami).

Na drugim miejscu w jadłospisie powinny się znaleźć warzywa, a na trzecim owoce. Warzywa i owoce to bogate źródła minerałów, błonnika i witamin. Witaminy to substancje, które są nam niezwykle potrzebne do prawidłowego rozwoju, a których nasze organizmy nie są w stanie produkować same. Musimy więc je przyjmować z pokarmem. Np. zawarta w owocach i warzywach witamina C wzmacnia naszą odporność, czyli sprawia że rzadko chorujemy, zaś witamina A nadaje skórze i włosom ładny wygląd. Warzywa zaleca się jeść 4 – 5 razy dziennie najlepiej na surowo lub po krótkim gotowaniu – nie tracą wtedy tych wszystkich cennych substancji. Owoce zaś najlepiej spożywać na surowo 2 – 3 razy dziennie.

Na czwartym miejscu w naszej diecie powinny figurować mleko i produkty mleczne. Do tej grupy należy nie tylko mleko, ale także wszystkie jego przetwory: kefiry, jogurty, sery twarogowe i sery żółte. Produkty te są w naszej diecie głównym źródłem wapnia, który buduje nasze kości. Mleko i jego przetwory są również ważnym źródłem pełnowartościowego i łatwo przyswajalnego białka z którego zbudowany jest cały nasz organizm – zarówno skóra, włosy, paznokcie, jak i wszystko co znajduje się w jego wnętrzu – np. serce. Bez białka nie będziemy więc mogli rosnąć i rozwijać się, a nasze ciało nie będzie dobrze funkcjonowało. Zaleca się spożywanie 3 porcji produktów mlecznych dziennie. Jedna porcja to szklanka mleka lub jogurtu, 100 g twarogu lub 35 g żółtego sera.

Mięso, ryby, jaja powinny się znaleźć na piątym miejscu w naszym jadłospisie. Produkty te, tak jak mleko i jego przetwory, są ważnym źródłem białka służącego do budowy i odbudowy naszego organizmu. Niestety, mięso jest też jednym z głównych źródeł tłuszczu. Dlatego powinno być spożywane tylko 2 – 4 razy w ciągu tygodnia. Najbardziej wartościowe jest mięso drobiowe oraz ryby morskie.

Przekąski (chipsy, paluszki, chrupki, snacki) i słodycze powinny się znaleźć na ostatnim miejscu w naszej diecie. Pomimo, że są smaczne, to zawierają niewiele substancji odżywczych. Dodatkowo, zawierają dużo tłuszczu, trudno przyswajalnego cukru oraz soli. Można po nich także łatwo przytyć, gdyż zawierają bardzo dużo kalorii. Dodatkowo, mogą mieć w swym składzie sztuczne związki chemiczne, na które możemy być uczuleni.

Następnie **zapytaj** uczniów, ile posiłków spożywają dziennie i czy robią to regularnie? **Wyjaśnij**, że warunkiem zachowania zdrowia i dobrego samopoczucia jest spożywanie 4 posiłków dziennie, z częstotliwością nie większą niż co 4 godziny.

W kolejnej części zajęć **zapytaj** uczniów, czy oprócz jakości produktów i zawartości składników odżywczych należy być pewnym jakichś innych ważnych cech lub właściwości produktu spożywczego, zanim postanowi się go kupić?

Następnie **rozdaj** uczniom kilka etykiet i poproś, aby odszukali na nich ważne według nich informacje. Zwróć szczególną uwagę na przydatność produktu do spożycia.

Następnie **poproś** uczniów, aby przeczytali na głos w jaki sposób/jakim terminem oznaczono tę informację.

Istnieją dwa rodzaje oznaczeń: „najlepiej spożyć przed:” oraz „należy spożyć do:”

**Upewnij się**, że uczniowie potrafią z łatwością odnaleźć oznaczenia.

**Wyjaśnij** też, że na prawidłowo przygotowanej etykiecie powinny znajdować się jeszcze:

Dane identyfikujące producenta lub importera oraz kraj w którym produkt został wyprodukowany – nazwa, adres, telefon itd.

Masa netto – informacja ile waży produkt bez opakowania

Numer serii – numer dzięki któremu można zidentyfikować konkretny produkt

Skład, użyte substancje smakowe, barwniki, środki konserwujące – na etykiecie powinny się znaleźć wszystkie składniki produktu

Warunki przechowywania produktu – informacja jak i gdzie przechowywać dany produkt, a po jego otwarciu także jak długo!

Ewentualnie przeznaczenie produktu – informacja dla kogo jest przeznaczony (np. deser dla niemowląt)

Informacja żywieniowa – informacja na temat wartości energetycznej produktu i zawartości poszczególnych składników odżywczych takich jak białka, tłuszcze i węglowodany. W przypadku wyrobów przeznaczonych do powszechnego spożycia podawanie jej jest dobrowolne.

Na koniec **powiedz** uczniom, aby dokładnie czytali etykiety i zwracali uwagę, czy znajdują się na nich wszystkie wyżej wymienione informacje. Brak tych informacji może świadczyć o tym, że producent ma coś do ukrycia i należy unikać wtedy takiej żywności.

## TEMAT: PODSUMOWANIE

**Treści programowe:** podsumowanie zajęć i sprawdzenie zdobytej przez uczniów wiedzy

**Metody dydaktyczne:** rozwiązywanie przez uczniów krzyżówki sprawdzającej ich wiedzę

**Pomoce dydaktyczne:** krzyżówka (pytania i odpowiedzi)

**Środki dydaktyczne:** tablica

**Czas:** 10 minut

W celu podsumowania zajęć i sprawdzenia zdobytej przez uczniów wiedzy, **narysuj** na tablicy krzyżówkę według poniższego schematu. Następnie **poproś** jednego ucznia, aby wpisywał w puste pola krzyżówki, odpowiedzi uczniów na pytania, które będziesz czytać całej klasie na głos.

**Przykładowa krzyżówka (pytania i odpowiedzi):**

1.					z	a	k	u	p	y											
2.				o	p	a	k	o	w	a	n	i	e								
3.	p	a	r	a	g	o	n														
4.							s	k	l	e	p										
5.			i	n	s	t	r	u	k	c	j	a									
6.			r	e	k	l	a	m	a	c	j	a									
7.							r	z	e	c	z	n	i	k							
8.							c	e	n	a											
9.	e	t	y	k	i	e	t	a													

**Pionowo:**

1. Robimy je codziennie idąc do sklepu.
2. Umieszcza się w nich produkty. Niepotrzebne, należy segregować. Dzięki temu zmniejszamy ilość odpadów.
3. Dokument potwierdzający dokonanie zakupu. Na jego podstawie możemy złożyć reklamację.
4. Robimy w nim zakupy.
5. Opisuje w jaki sposób powinniśmy korzystać z zakupionego towaru.
6. Zawsze mamy prawo ją złożyć na podstawie paragonu, wtedy gdy kupiony towar jest uszkodzony, niekompletny lub nie działa tak jak powinien.
7. Stoi na straży konsumentów. Zawsze możemy się do niego zwrócić po pomoc, jeśli złamane zostaną nasze prawa.
8. Wartość, którą mamy zapłacić za kupowany towar, wyrażana najczęściej w pieniądzu.
9. Zawiera informacje na temat produktu. Pamiętajmy, aby dokładnie ją czytać.

**Hasło: KONSUMENT**





# VADEMECUM PRAW I OBOWIĄZKÓW MŁODEGO KONSUMENTA

## DZIECKO JAKO KONSUMENT

Zgodnie z Kodeksem Cywilnym, dzieci **poniżej 13 roku** życia nie mają zdolności do czynności prawnych, czyli w ogóle nie powinny zawierać umów. Jeżeli jednak dziecko zawarło umowę należąca do umów powszechnie zawieranych w drobnych, bieżących sprawach życia codziennego, to umowa taka jest ważna, o ile dziecko nie zostało pokrzywdzone (np. poprzez żądanie rażąco wygórowanej ceny za towar, niewydatowanie reszty lub sprzedanie towaru złej jakości).

W sytuacji więc, gdyby dziecko zostało oszukane przez sprzedawcę, to taki zakup byłby nieważny i sprzedawca musiałby zwrócić pieniądze.

Młodzież **pomiędzy 13 a 18 rokiem życia** ma ograniczoną zdolność do czynności prawnych. Oznacza to, iż swobodnie może zawierać umowy w tzw. „drobnych bieżących sprawach życia codziennego”, czyli kupować żywność, gazety, długopisy, książki i inne drobne przedmioty. Wszystkie inne umowy, np. te z bankiem czy biurem podróży, musi zawierać w towarzystwie i za zgodą osoby pełnoletniej (rodzica bądź opiekuna).

## KTO POMAGA KONSUMENTOM?

W SPRAWACH INDYWIDUALNYCH:

- **Miejski/Powiatowy Rzecznik Konsumentów** – do jego zadań należy zapewnienie bezpłatnego poradnictwa konsumenckiego i informacji prawnej w zakresie ochrony interesów konsumentów. Jest w każdym mieście lub powiecie. Jest naszym reprezentantem, który broni naszych interesów. Może więc skontaktować się z nieuczciwą firmą i spróbować wpłynąć na załatwienie sprawy. Jeżeli to nie skutkuje, może pozwać przedsiębiorcę do sądu i wziąć udział w postępowaniu.
- **Organizacje konsumenckie** – w indywidualnej sprawie konsument może się zwrócić także do organizacji konsumenckich, np. Federacji Konsumentów bądź Stowarzyszenia Konsumentów Polskich. Reprezentują one interesy konsumentów oraz udzielają nieodpłatnej pomocy konsumentom w dochodzeniu ich roszczeń.

JEŚLI PROBLEM DOTYCZY ZBIOROWYCH INTERESÓW KONSUMENTÓW – np. zły system obsługi klienta, wprowadzająca w błąd reklama, nieprawdziwa informacja na opakowaniu produktu, ukryte wady przedmiotu – skargę (w postaci pisemnej, faksem, telefonicznie, e-mailem lub podczas rozmowy z urzędnikiem) można wnieść do **Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów**. Jest to centralny urząd w sprawach ochrony konsumentów i ochrony konkurencji.

## NIEZGODNOŚĆ TOWARU Z UMOWĄ

Towar jest niezgodny z umową, gdy:

- jest uszkodzony
- jest niekompletny
- nie nadaje się do celu, do którego zwykle jest używany
- nie ma cech deklarowanych przez sprzedawcę

W takiej sytuacji sprzedawca powinien:

- nieodpłatnie naprawić towar
- wymienić na inny

A w szczególnych przypadkach:

- obniżyć cenę
- zwrócić pieniądze

## REKLAMACJA

Konsument zawsze ma prawo do złożenia reklamacji!

Reklamację możemy złożyć z tytułu niezgodności z umową oraz z tytułu gwarancji

### 1) Z tytułu niezgodności z umową

- reklamację można złożyć w ciągu 2 lat od zakupu
- składamy ją u sprzedawcy zgłaszając się do niego z paragonem
- najlepiej składać reklamację na piśmie
- czas rozpatrywania – 14 dni
- reklamację żywności składamy: w ciągu 3 dni od zakupu (towar sprzedawany luzem) lub 3 dni od daty otwarcia (towar paczkowany) – powinna być rozpatrzone niezwłocznie
- w przypadku towaru przecenionego, zachowujemy prawo do reklamacji – chyba, że towar był przeceniony z powodu wady, o której zostaliśmy poinformowani
- w przypadku nieuwzględnienia reklamacji – polubowny sąd konsumencki przy Inspekcji Handlowej. Jeśli sprzedawca nie wyraża na to zgody, można wnieść sprawę do sądu powszechnego

### 2) Z tytułu gwarancji

- gwarancji może udzielić sprzedawca, producent, importer
- gwarancja jest nieobowiązkowa i nieodpłatna
- gwarancja nie wyłącza, nie ogranicza, ani nie zawiesza uprawnień konsumenta wynikających z prawa do reklamacji towaru niezgodnego z umową
- dokument gwarancyjny musi określać: obowiązki gwaranta i uprawnienia kupującego, nazwę i adres gwaranta, czas trwania i terytorialny zasięg ochrony gwarancyjnej
- prawo nie narzuca czasu trwania gwarancji – gwarant może określić go według swego uznania

## OBOWIĄZKI SPRZEDWCY

- podać dokładną cenę – w przypadku żywności także cenę za jednostkę miary (np. kilogram, litr, metr, etc.)
- udzielać nie wprowadzających w błąd informacji
- zapewnić warunki umożliwiające wybór i sprawdzenie jakości towaru
- potwierdzić na piśmie istotne postanowienia zawartej umowy, np. przy sprzedaży na raty, na zamówienie, według wzoru czy za cenę powyżej dwóch tysięcy złotych, a także zawsze na żądanie klienta
- wydać kompletny towar i instrukcję obsługi

## ZAKUPY NA ODLEGŁOŚĆ – Internet, sprzedaż wysyłkowa, tele-zakupy

- sprawdzaj z kim zawierasz umowę – zwłaszcza nazwę i adres siedziby firmy
- czytaj regulamin i informacje o towarze
- sprawdź całkowity koszt zakupu (cena, koszt przesyłki, podatki VAT)
- masz prawo do odstąpienia od umowy i zwrotu towaru bez podania przyczyny w terminie do 10 dni od daty jego otrzymania – musisz złożyć oświadczenie na piśmie i przesłać je na adres firmy listem poleconym z potwierdzeniem odbioru
- zwrot pieniędzy – najpóźniej w terminie 14 dni od daty otrzymania oświadczenia przez sprzedawcę
- aukcje internetowe – brak możliwości zwrotu towaru!!!