

10. RYBA NA WIGILIJNYM STOLE

Partnerem scenariusza jest organizacja pozarządowa MSC (Marine Stewardship Council)



Główne cele:

- Utrwalenie wiadomości na temat bożonarodzeniowych tradycji kulinarnych w Polsce.
- Poznanie różnych rodzajów ryb i różnic pomiędzy hodowlą a połowem ryb.
- Zaznajomienie z certyfikatem MSC oraz zasadami połowów przyjaznych dla środowiska.

Materiały dodatkowe znajdujące się na płycie:

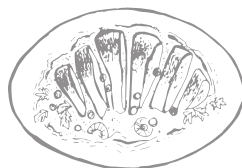
- Karty pracy: Zał.1. Potrawy wigilijne; Zał.2. Zgadnij, skąd pochodzą te ryby; Zał.3. Łowić nie dużo, ale mądrze.
- Zał.4. Znak MSC; Zał.5. Labirynt MSC; Zał.6. Krzyżówka MSC. Zał.7. Przepisy.

Przebieg zajęć:



1. Nauczyciel czyta dzieciom krótkie opowiadanie:

W domu Eli i Jasia trwały przygotowania do wigilijnej kolacji. Dzieci z przyjemnością pomagały мамie w kuchni. Marchwian jak zawsze chętnie próbował nowych przysmaków i zadawał mnóstwo pytań. Tym razem jego największą ciekawość wzbudził śledź.



- Co to za oślizgła ryba? - zapytał. - Naprawdę macie zamiar ją zjeść?

- Oczywiście - odparła z uśmiechem Ela. - To śledź. Może teraz nie wygląda zbyt apetycznie, ale poczekaj tylko, aż mama go przyrządzi. Na pewno zmienisz zdanie, kiedy spróbujesz go z pomidorami albo korzennymi przyprawami i rodzynekami. Ja najbardziej lubię śledzie z cebulką albo marynowane w occie. A Jaś... Jaś mógłby je jeść niemal na okrągło i w każdej postaci, bo wprost za nimi przepada.

- To prawda - przyznał chłopiec. - Śledzie są pyszne! Mama mówi, że są też zdrowe. Zapewne dlatego Polacy chętnie jedzą je nie tylko na wigilię. Zawarte w śledziach składniki pokarmowe korzystnie wpływają na koncentrację, pracę serca i mózgu.

Marchwian zastanowił się przez chwilę.

- A skąd w ogóle biorą się śledzie? Z jeziora albo rzeki?

- No coś ty! Śledź jest dziką rybą morską. Można go spotkać nie tylko w oceanach, ale i w naszym Morzu Bałtyckim - wytłumaczyła Ela. - Na stoły trafia dzięki rybakom, którzy łowią go, gdy wypływają w morze

- A co będzie, jeśli rybacy wyłowią wszystkie śledzie? Albo inne ryby? - zmartwił się Marchwian. - Czy wtedy trzeba będzie wymyślić inne potrawy wigilijne?

- Gdyby tak się stało, mielibyśmy poważny powód do zmartwienia - stwierdził Jaś. - Wyobrazasz sobie morze albo ocean bez ryb? Na szczęście rybacy coraz częściej połowią je w sposób przyjazny dla środowiska, tak by nigdy ich nie zabrakło. Dotyczy to nie tylko śledzi, ale także innych gatunków ryb i owoców morza. Jeśli chcesz, powiem ci później coś więcej na ten temat. Teraz jednak lepiej weźmy się do pracy, bo ktoś powinien pomóc мамie w lepieniu pierogów i uszek.

A czy na waszym stole wigilijnym też pojawia się śledź? Dziś porozmawiamy nie tylko o śledziach, ale również o tym, w jaki sposób ryby trafiają na nasze stoły i co można zrobić, by ich nie zabrakło.

2. Na wigilijnym stole

Nauczyciel pyta dzieci, jakie potrawy kojarzą się im z wieczerzą wigilijną? Wyjaśnia, że w Polsce jedzenie ryb podczas wigilii to tradycja sięgająca dawnych czasów. Przykładowo śledź był niegdyś tanią i łatwą



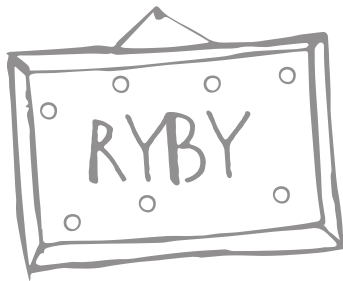
dość popularną rybą, dlatego chętnie sięgali po niego najbardziej. Z czasem jego delikatny smak docenili także bogatsi ludzie, którzy sprowadzali najlepsze gatunki aż z dalekiej Holandii. Śledź wkrótce stał się tak popularny, że dołączył do wigilijnych potraw. Do dziś w zależności od regionu Polski przyrządza się go na różne sposoby. Na przykład na Kaszubach i Pomorzu jada się śledzie marynowane, w śmietanie duszone z jabłkami oraz po kaszubsku.

Na koniec dzieci rozwiązują **kartę pracy „Potrawy wigilijne”**.

3. Jak ryby trafiają na nasz talerz?

Uczniowie odpowiadają na pytania:

- Jakie gatunki ryb znacie?
- Jakie ryby zdarzyło się wam zjeść?
- Czy wszystkie ryby pochodzą z mórz i oceanów?
- Skąd według was ryby biorą się na naszych stołach?



Dzieci próbują odpowiedzieć samodzielnie. Następnie rozwiązują **kartę pracy „Zgadnij, skąd pochodzą te ryby”** i porównują swoje wyniki z prawidłowo wypełnioną kartą. Nauczyciel wyjaśnia, że ryby możemy podzielić na słodkowodne, czyli takie, które spotkamy w naszych rzekach lub jeziorach (np. karpie, brzana, karasie, klenie, leszcze, okonie, płocie, pstrągi, sumy, sandacze, szczupaki i węgorze) oraz ryby morskie, żyjące w morzach i oceanach (np. makrele, śledzie, tuńczyki, łososie, szproty, dorsze, halibuty, flądry). Dużą część gatunków poławia się w naturalnych łowiskach, czyli morzach, oceanach, rzekach i jeziorach, ale niektóre, np. karpie, sumy, pstrągi czy jesiotry, mogą pochodzić ze stawów hodowlanych lub hodowli morskich (np. często spotykane w naszych sklepach hodowlane łososie). Ważne, by zarówno połów ryb, jak i ich hodowla odbywały się zawsze w taki sposób, by nie szkodziły środowisku.

4. Czym są połowy przyjazne środowisku?

Dzieci otrzymują **karty pracy „Łowić nie dużo, ale mądrze”**, z których wycinają ryby. Następnie siadają w kręgu, wewnątrz którego Nauczyciel umieszcza wszystkie wycięte ryby. Dzieci kolejno są proszone o wyłowienie ich z „łowiska”. Za każdym razem mogą zgarnąć tyle ryb, ile chcą, przy czym dla ostatniego dziecka powinna zostać przynajmniej jedna ryba. Gdy „łowisko” jest puste, Nauczyciel zadaje dzieciom pytania: czy wiecie, co złego stało się z rybami? czy w naturze ryby mogą odrodzić się w łowisku, jeśli nie została w nim ani jedna sztuka? Uczniowie powinni dojść do wniosku, że nie warto wyląwiać wszystkich ryb. Powinno się odławiać tylko duże osobniki, a małe zostawiać, by miały szansę dorosnąć i się rozmnożyć.

Nauczyciel prosi dzieci, by samodzielnie spróbowały odpowiedzieć na pytanie: Jak rybacy dbają o to, by na świecie nigdy nie zabrakło ryb? Następnie wyjaśnia, że ludzie na całym świecie chętnie jedzą ryby i owoce morza, dlatego rybacy muszą wypytywać na połów. Powinni jednak zawsze łowić ryby w sposób przyjazny dla środowiska. Po pierwsze, nie mogą wyląwiać wszystkich ryb, aby kolejne mogły przyjść na świat. Po drugie, połów powinien zawsze odbywać się w taki sposób, by był przyjazny dla innych zwierząt i roślin (będących domem dla wielu morskich organizmów). Łowiąc o określonych porach dnia lub nocy i w określonych miejscach, rybacy mogą zadbać o to, by w ich sieciach znalazły się tylko te ryby lub owoce morza, które zamierzali złapać. Mogą też zastosować sieci o większych oczkach, przez które mniejsze osobniki lub inne gatunki bez trudu się przedostaną. Dzięki temu młode ryby będą miały czas, by dorosnąć i wydać potomstwo. Po trzecie, rybacy powinni mądrze wybierać gatunki ryb, które łowią. Jeśli w danym momencie jakiś gatunek jest mniej liczny, należy dać mu czas, by jego ilość wzrosła.

5. Co to znaczy, że ryba ma certyfikat MSC?

Nauczyciel pokazuje dzieciom niebieski znak MSC. Pyta, czy już go kiedyś widziały i czy wiedzą, co oznacza. Następnie uczniowie kolorują swoje znaki ([karta pracy „Znak MSC”](#)), a Nauczyciel wyjaśnia, że MSC jest niezależną organizacją, która wraz z naukowcami, rybakami i ekologami opracowała zasady połowów, których przestrzeganie zapewni przetrwanie różnym gatunkom ryb i owoców morza. Rybacy, którzy stosują się do tych zasad, mogą starać się o przyznanie specjalnego certyfikatu. Eksperti sprawdzają, czy łowią ryby, których stada są odpowiednio liczne i czy ich połowy nie szkodzą innym zwierzętom i roślinom morskim. Kiedy certyfikat jest już przyznany, produkty z ryb i owoców morza mogą zostać oznaczone niebieskim znakiem MSC. Taki znak znajdziemy np. na opakowaniach lub etykietach produktów rybnych w sklepach. Jest dla nas gwarancją, że ryby lub owoce morza, które jemy, zostały złowione w sposób przyjazny dla środowiska.

Uczniowie rozwiązują [karty pracy: „Labirynt MSC”](#) i [„Krzyżówka MSC”](#). Starsi uczniowie mogą samodzielnie lub z pomocą Nauczyciela przygotować własną krzyżówkę do hasła „Chrońmy morza i oceany”.



6. Marchwianowe ciekawostki

Nauczyciel mówi:

Królik Marchwian dowiedział się ostatnio wielu ciekawych rzeczy o rybach, a zwłaszcza o śledziu. Czy wiecie, że w Europie śledzie są znane od ponad 1000 lat!? W średniowieczu śledziami zajadali się dosłownie wszyscy, począwszy od królów, a kończąc na najbiedniejszych mieszkańcach wiosek. W tamtych czasach dużo poszczono, a śledź doskonale zastępował mięso. By ryby dłużej zachowywały świeżość, posypywano je solą lub przechowywano w solance, czyli mocno osolonej wodzie. Od tamtej pory słone śledzie goszczą na naszych stołach nie tylko z okazji wigilijnej kolacji.

Śledzie poruszają się w ogromnych ławicach, liczących nawet po kilka milionów osobników. Każdy z nich ma około 40 cm długości i może żyć nawet do 20 lat. Śledzie bałtyckie są nieco mniejsze – dorastają do około 25-30 cm. Kiedy składają ikrę na wyściętających dno morskie drobnych kamykach, jajeczek jest tak dużo, że mogłyby pokryć powierzchnię wielkości boiska sportowego.

W naszym kraju rybacy coraz częściej dbają o to, by ich połowy były przyjazne dla środowiska. Z kolei Polacy coraz większą uwagę zwracają na to, skąd pochodzą produkty, które jedzą na co dzień. Dlatego w Polsce dostępnych jest już ponad 700 produktów z certyfikatem MSC.

Nauczyciel może zaprezentować również inne ciekawostki, które znajdzie w dostępnych źródłach. Może również włączyć dzieciom [film „Mój tata jest rybakiem”](#) (film do pobrania ze strony programu: www.dobrzejemy.szkolnawidelcu.pl).

7. Nauczyciel realizuje wybrane lub wszystkie propozycje zadań praktycznych

- Uczniowie wykonują dowolną techniką pracę plastyczną na temat „Łowimy w sposób przyjazny dla środowiska”.
- Nauczyciel organizuje warsztaty kulinarne w szkolnej stołówce z ryb z certyfikatem MSC. Uczniowie przygotowują zdrową pastę z makreli. Do wykorzystania również przepisy z [karty pracy „Przepisy”](#).
- Uczniowie w kilkuosobowych zespołach przygotowują plakaty informacyjne do hasła „Wybieraj ryby z niebieskim znakiem MSC”. Takie plakaty można potem rozwiesić w widocznych miejscach w szkole.

8. Zadanie domowe (KONKURS!)

Uczniowie szukają w najbliższym supermarkecie produktów z niebieskim znakiem MSC. (Mogą również przy okazji sprawdzić, czy takie produkty znajdują się w ich lodówce). Wyniki poszukiwań prezentują



np. w formie listy lub rysunków produktów, które udało im się znaleźć. Dodatkowo wyniki poszukiwań w formie zdjęcia produktu i przyrządzonego z niego dania mogą opublikować w ramach specjalnego konkursu na profilu Facebook „Szkoła na Widelcu”. Wszystkie szczegółowe informacje na temat konkursu znajdują się na stronie programu www.dobrzejemy.szolanawidelcu.pl w zakładce aktualności w dniu 13 grudnia 2018 r. 5 najlepszych prac zostanie nagrodzonych upominkami od MSC oraz Fundacji Szkoła na Widelcu.

9. Zadanie specjalne

Uczniowie dekorują swoją salę bombkami z rybkami MSC (wzór do pobrania ze strony programu) oraz innymi dekoracjami świątecznymi, nawiązującymi do tematu scenariusza zajęć.

