

**Dzienny Ośrodek Rehabilitacyjno – Edukacyjno – Wychowawczy
w Pszczynie**

PROGRAM
„KULINARNE PODBOJE” edycja II
NA ROK SZKOLNY 2014/2015

Teresa Wrzosek

15 września 2014

Wstęp

Program „Kulinarne podboje” edycja II ma na celu nabycie umiejętności przyrządzania prostych, tanich i smacznych posiłków, poznanie zasad racjonalnego odżywiania się, oraz walorów smakowych i kalorycznych przygotowywanych potraw.

Przyrządzanie i spożywanie posiłku to nie tylko zaspokajanie głodu, jednej z podstawowych potrzeb biologicznych człowieka. To również możliwość wyzwolenia kreatywności osoby. Uczestnicy biorący udział w zajęciach kulinarnych uczą się ogólnych zasad zachowania w różnych sytuacjach życiowych.

Niniejszy program przeznaczony jest dla uczestników z grupy III A i III B. Zadania zawarte w programie zostały dostosowane do możliwości intelektualnych i psychofizycznych wychowanków. Program opiera się na codziennym doświadczeniu podopiecznych i wykorzystuje sytuacje praktyczne. Zadania zawarte w programie bazują na mocnych stronach wychowanków, a ich realizacja daje im poczucie sprawstwa i satysfakcji. Samodzielnie wykonana praca zwieńczona efektem, pozytywnie wpływa na samopoczucie uczestnika i podnosi poczucie własnej wartości.

Realizację programu planuje się w ramach zajęć rewalidacyjno - wychowawczych w wymiarze około 2 godzin, dwa razy w miesiącu, w formie indywidualnej i grupowej, w oparciu o metody dyrektywne i niedyrektywne. Ponadto, w zależności od poziomu funkcjonowania uczestników i ocenianych rezultatów - w oparciu o metody aktywne lub bierne.

Program realizowany będzie w roku szkolnym 2014/2015 przez okres 9 miesięcy, od października 2014 roku do czerwca 2015 roku, w sali zajęciowej nr 1.

I. Cele programu „Kulinarne podboje ” edycja II:

1. Cele ogólne:

- rozwijanie samodzielności podopiecznych (umiejętność samodzielnego przygotowania prostych posiłków , planowanie zakupów, organizacja pracy),
- rozwijanie umiejętności samoobsługowych,
- wzbogacanie doświadczeń podopiecznych,
- umacnianie wiary we własne siły i możliwości,

- wspomaganie wychowanków w zakresie ich funkcjonowania w zespole,
- dbanie o porządek, własne bezpieczeństwo, zdrowie, poszanowanie mienia.

2. Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- dokonać (wcześniej uzgodnionych) zakupów w sklepie samoobsługowym,
- wykonać wstępną obróbkę produktów tj. myje, obiera, kroci warzywa i owoce,
- piec ciasta i ciasteczka tj. miesza, wałkuje, dodaje owoce, wyklada na blachę, wstawia do piekarnika,
- przygotować deser,
- ugotować zupę,
- stosować zasady bezpiecznego posługiwania się sprzętem kuchennym,
- współpracować w grupie,
- nakryć i podać do stołu,
- zachować się odpowiednio przy stole i estetycznie spożywać posiłek.

II. Treści kształcenia

Treści zawarte w programie mogą być realizowane w dowolnej kolejności i poddane modyfikacjom. Uwzględniają potrzeby, możliwości i umiejętności wychowanków. Dobrane zostały w taki sposób, aby były ciekawe, pobudzały do myślenia, poszukiwania, a przede wszystkim do działania.

Osiągnięcia wychowanków będą poddane analizie po realizacji programu, to jest w czerwcu 2015 r.

1. PROPONOWANA TEMATYKA ZAJĘĆ:

- gotujemy zupę ogórkową (z przecieru wykonanego przez wychowanków),
- pieczemy ciasto i ciasteczka,
- robimy kolorowe kanapki (konkurs),
- pieczemy bułeczki z serem z ciasta drożdżowego,
- przygotowujemy tradycyjne dania świąteczne – makówki, kapustę z grzybami,

- robimy pizzę
- gotujemy zupę krupnik z warzywami,
- robimy deser (konkurs)
- przygotowujemy potrawy wielkanocne – jaja faszerowane, biały barszcz,
- robimy gołąbki,
- robimy makaron swojski,
- przygotowujemy sałatkę jarzynową,
- przygotowujemy słodką galaretkę z zatopionymi rybkami żelkami (akwarium)
- pieczemy chleb,
- robimy sałatkę owocową
- pieczemy muffinki,
- smażymy kulki ryżowe
- robimy naleśniki

III. Planowane efekty

1. Wychowanek ma poczucie własnej wartości
2. Wychowanek potrafi zaspokajać swoje potrzeby życiowe
3. Wychowanek integruje się z grupą i potrafi pracować w zespole
4. Wychowanek ma poczucie odpowiedzialności i zaradności życiowej

autor programu:

Teresa Wrzosek