

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

**PROGRAM  
„KULINARNE PODBOJE” edycja III  
NA ROK SZKOLNY 2015/2016**

**Teresa Wrzosek**

**15 września 2015**

# Wstęp

Program „Kulinarne podboje” edycja III 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 wyzwalania 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 2015/2016 przez okres 9 miesięcy, od października 2015 roku do czerwca 2016 roku, w sali zajęciowej nr 1.

## I. Cele programu „Kulinarne podboje ” edycja III :

### 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,
- zrobić makaron (przy użyciu maszynki do robienia makaronu)
- 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 2016 r.

### **1. PROPONOWANA TEMATYKA ZAJĘĆ:**

- gotujemy zupę pomidorową (z przecieru wykonanego przez wychowanków),
- pieczemy ciasto i ciasteczka,
- robimy pierogi ruskie,
- pieczemy bułeczki z ciasta drożdżowego,

- przygotowujemy tradycyjne dania świąteczne – zupę rybną, kapustę z grzybami,
- robimy pizzerki
- smażymy krokietki z kurczaka i warzyw z dressingiem jogurtowym
- robimy deser (konkurs)
- przygotowujemy potrawy wielkanocne – jaja faszerowane, biały barszcz,
- robimy gołąbki,
- robimy makaron swojski,
- przygotowujemy sałatkę jarzynową,
- przygotowujemy makaron zapiekany z jabłkami i cynamonem (makaron wykonany przez wychowanków)
- robimy zupę-krem z papryki,
- robimy sałatkę owocową,
- pieczemy babkę ziemniaczaną,
- przygotowujemy makaron z białym serem,
- robimy klopsiki (z wątróbki drobiowej) w rosole

### **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**

Autorka programu: Teresa Wrzosek

**Sprawozdanie z realizacji programu**  
**„Kulinarne podboje” edycja II**  
**w DOREW w Pszczynie**  
**za I semestr roku szkolnego 2014/2015**

W roku szkolnym 2014/2015 w Dziennym Ośrodku Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczym jest realizowany program „Kulinarne podboje” edycja II. Przewodnimi celami tego programu jest:

- 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.

Program zakłada następującą tematykę zajęć:

ugotowanie zupy ogórkowej (z przecieru wykonanego przez wychowanków), upieczenie ciasta i ciasteczek, wykonanie kolorowych kanapek (konkurs), upieczenie bułeczek z serem z ciasta drożdżowego, przygotowanie tradycyjnych dań świątecznych (makówek, kapusty z grzybami), zrobienie pizzy, ugotowanie zupy krupnik z warzywami, zrobienie deseru (konkurs), przygotowanie potraw wielkanocnych (jaja faszerowane, biały barszcz), zrobienie gołąbków, wykonanie makaronu swojskiego, przygotowanie sałatki jarzynowej, wykonanie słodkiej galaretki z zatopionymi rybkami żelkami (akwarium), upieczenie chleba, zrobienie sałatki owocowej , upieczenie muffinek, smażenie kulek ryżowych, robienie naleśników

W I semestrze zostały zrealizowane następujące zajęcia:

- ugotowaliśmy zupę ogórkową,
- przygotowaliśmy sałatkę jarzynową
- upiekliśmy ciasto i ciasteczka,

- upiekliśmy bułeczki z serem z ciasta drożdżowego,
- przygotowaliśmy tradycyjne dania świąteczne – ciasto z makiem, kapustę z grzybami,
- ugotowaliśmy zupę botwinę,
- zrobiliśmy makaron swojski.

Podopieczni bardzo dobrze koncentrowali uwagę na wykonywanych czynnościach, wykonywali polecenia nauczyciela, współpracowali ze sobą, dbali o bezpieczeństwo i higienę pracy, porządkowali miejsce pracy.

Podczas zajęć zaobserwowałam, że treści programu odpowiadają potrzebom, zainteresowaniom oraz preferencjom smakowym uczestników, a udział w zajęciach wpływa pozytywnie na rozwój funkcji poznawczych, społecznych, umiejętności samoobsługowych, komunikacyjnych oraz sprawności motorycznej.

Teresa Wrzosek

**Sprawozdanie z realizacji programu**  
**„Kulinarne podboje” edycja II**  
**w DOREW w Pszczynie**  
**w roku szkolnym 2014/2015**



W roku szkolnym 2014/2015 w Dziennym Ośrodku Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczym był realizowany program „Kulinarne podboje” edycja II. Przewodnimi celami tego programu było:

- 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.

Program zakładał następującą tematykę zajęć:

ugotowanie zupy ogórkowej (z przecieru wykonanego przez wychowanków), upieczenie ciasta i ciasteczek, wykonanie kolorowych kanapek (konkurs), upieczenie bułeczek z serem z ciasta drożdżowego, przygotowanie tradycyjnych dań świątecznych (makówek, kapusty z grzybami), zrobienie pizzy, ugotowanie zupy krupnik z warzywami, zrobienie deseru (konkurs), przygotowanie potraw wielkanocnych (jaja faszerowane, biały barszcz), zrobienie gołąbków, wykonanie makaronu swojskiego, przygotowanie sałatki jarzynowej, wykonanie słodkiej galaretki z zatopionymi rybkami żelkami (akwarium), upieczenie chleba, zrobienie sałatki owocowej , upieczenie muffinek, smażenie kulek ryżowych, robienie naleśników

Zostały zrealizowane następujące zajęcia:

- ugotowaliśmy zupę ogórkową,
- przygotowaliśmy sałatkę jarzynową
- upiekliśmy ciasto i ciasteczka,
- upiekliśmy bułeczki z serem z ciasta drożdżowego,

- przygotowaliśmy tradycyjne dania świąteczne – ciasto z makiem, kapustę z grzybami,
- ugotowaliśmy zupę botwinę,
- przygotowaliśmy makaron swojski,
- zrobiliśmy pizzę,
- ugotowaliśmy krupnik z warzywami,
- przygotowaliśmy potrawy wielkanocne – jaja faszerowane, biały barszcz,
- upiekliśmy chleb,
- zrobiliśmy muffinki,
- przygotowaliśmy pierogi i pierożki (zamiast naleśników – decyzja podopiecznych)

W wyniku spotkań integracyjnych, przedstawień artystycznych, a także wyjazdów na wycieczki uczestników programu, nie udało się zrealizować następujących zajęć:

- robimy deser (konkurs),
- przygotowujemy gołąbki,
- przygotowujemy słodką galaretkę z zatopionymi rybkami żelkami (akwarium),
- robimy sałatkę owocową,
- smażymy kulki ryżowe.

Podopieczni bardzo dobrze koncentrowali uwagę na wykonywanych czynnościach, wykonywali polecenia nauczyciela, współpracowali ze sobą, dbali o bezpieczeństwo i higienę pracy, porządkowali miejsce pracy.

Podczas zajęć zaobserwowałam, że treści programu odpowiadają potrzebom, zainteresowaniom oraz preferencjom smakowym uczestników, a udział w zajęciach wpływa pozytywnie na rozwój funkcji poznawczych, społecznych, umiejętności samoobsługowych, komunikacyjnych oraz sprawności motorycznej.

Teresa Wrzosek