

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

**PROGRAM
„KULINARNE PODBOJE”
NA ROK SZKOLNY 2012/2013**

Teresa Wrzosek

25 wrzesień 2012

Wstęp

Program „Kulinarne podboje” 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, 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 i edukacyjno-terapeutycznych w wymiarze 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 2012/2013 przez okres 9 miesięcy, od października 2012 roku do czerwca 2013 roku, w sali zajęciowej nr 1.

I. Cele programu „Kulinarne podboje”:

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 2013 r.

1. PROPONOWANA TEMATYKA ZAJĘĆ:

- gotujemy zupę-krem z dyni,
- przygotowujemy barszcz czerwony z krokietem,
- pieczemy ciasto i ciasteczka,
- robimy kolorowe kanapki (konkurs),
- pieczemy bułeczki z ciasta drożdżowego

- przygotowujemy tradycyjne dania świąteczne – makówki, kapustę z grzybami,
- pieczemy pizzę
- gotujemy zupę botwinę,
- robimy deser (konkurs)
- przygotowujemy potrawy wielkanocne – jaja faszerowane, biały barszcz,
- pieczemy baranki wielkanocne,
- robimy makaron swojski,
- przygotowujemy lasagne,
- smażymy faworki,
- pieczemy chleb,
- robimy sałatkę owocową i warzywną (konkurs),
- przygotowujemy przekąski na karnawał – koreczki, kanapeczki z krakersów,
- pieczemy pierogi z ciasta drożdżowego z nadzieniem słodkim (konfitury) i słonym (kapusta z grzybami)

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