

PROJEKT EDUKACYJNY

"SMACZNIE, ZDROWO, KOLOROWO - PRZYRZĄDZAMY, SMAKUJEMY, CZĘSTUJEMY"

ZADANIE PROJEKTOWE REALIZOWANE W LATACH: 2013-2016:

2014 / 2015 - ABECADŁO WITAMIN

Cele zadania projektowego:

Cel główny:

**Utrwalenie umiejętności przygotowywania codziennych posiłków
i świątecznych potraw.**

Cele szczegółowe:

1. Opisywanie właściwości artykułów spożywczych.
2. Utrwalanie umiejętności wykorzystywania narzędzi do obróbki żywności.
3. Doskonalenie metod przetwarzania żywności.
4. Podkreślanie znaczenia rodzimych warzyw i owoców w codziennej diecie.
5. Ćwiczenie umiejętności gotowania, smażenia i pieczenia potraw oraz pasteryzowania warzyw i owoców.
6. Rozpoznawanie i przyporządkowywanie witamin do artykułów spożywczych i przygotowywanych przekąsek i potraw.
7. Zwracanie szczególnej uwagi na dbałość o prawidłowe odżywianie się.
8. Charakteryzowanie smaków warzyw, owoców i potraw.
9. Poszerzanie zainteresowań przyrządzaniem posiłków jako codziennych i świątecznych czynności.
10. Zachęcanie do samodzielnego tworzenia posiłków.
11. Wdrażanie poczucia kompozycji kolorystycznych i smakowych.
12. Rozwijanie postaw współdziałania w zespole.
13. Zapewnienie poczucia satysfakcji z dobrze wykonanej pracy.
14. Utrwalenie zasad BHP podczas wykonywania wszystkich zadań projektu.

Realizatorzy zadania projektowego:

1. nauczyciele przedmiotu przysposobienie do pracy
2. uczniowie:
 - klas przysposabiających do pracy: I a, I b, II a, II b, III a, III b.

Zadania etapowe i terminarz prac:

<ul style="list-style-type: none"> - makaron pełnoziarnisty z twarogiem <p>5. OWOCE</p> <ul style="list-style-type: none"> - powidła śliwkowe - mus jabłkowy - kompot ze świeżych i suszonych jabłek - szarlotka na kruchym cieście 		<ul style="list-style-type: none"> > > > > >
<p style="text-align: center;"><u>WITAMINA "C"</u></p> <p>1. ZIELONE WARZYWA LIŚCIASTE</p> <ul style="list-style-type: none"> - zupa jarzynowa z brukselką i natką pietruszki - bigos ze słodkiej kapusty kielbasą - surówka z kiszonej kapusty z marchewką i natką pietruszki - kalafior zapiekany z serem - gotowana kalarepa z koperkiem i gałką muszkatołową na gęsto <p>2. CZERWONE WARZYWA</p> <ul style="list-style-type: none"> - zupa paprykowo-kukurydziana - leczo z papryki - sałatka z papryki w zalewie - sałatka ze świeżej papryki z dodatkami - barszcz z buraków czysty <p>3. POLSKIE OWOCE</p> <ul style="list-style-type: none"> - kompot z truskawek - frużelina z truskawek i porzeczek <p>4. OWOCE CYTRUSOWE</p> <ul style="list-style-type: none"> - sałatka z pomarańczy, mandarynek, kiwi i ananasa z sokiem z cytryny 	<p>B. Chrystek R. Kajdan</p>	<ul style="list-style-type: none"> > > > > > > > > > > >
<p style="text-align: center;"><u>WITAMINA "D"</u></p> <p>1. RYBY</p> <ul style="list-style-type: none"> - sałatka ryżowa z tuńczykiem - zapiekanka makaronowa z tuńczykiem - pasta makrelowo-twarogowa z pieczywem pełnoziarnistym - grzanki z łososiem <p>2. NABIAŁ - ŻÓŁTY SER</p> <ul style="list-style-type: none"> - zapiekanka ziemniaczana z żółtym serem i ziołami - sałatka z żółtego sera z dodatkami <p>3. POLSKIE OWOCE - JABŁKA</p> <ul style="list-style-type: none"> - surówka jabłkowo - marchwiowa z sosem majonezowo - śmietanowym 	<p>B. Chrystek R. Kajdan</p>	<ul style="list-style-type: none"> > > > > > > >
<p style="text-align: center;"><u>WITAMINA "E"</u></p> <p>1. OLEJE ROŚLINNE - stosowane jako dodatek do surówek, sałatek, gotowania, pieczenia i smażenia</p> <p>2. NABIAŁ - JAJA</p> <ul style="list-style-type: none"> - omlet z czerwonymi warzywami na maśle <p>3. ORZECHY I MIGDAŁY</p>	<p>B. Chrystek R. Kajdan</p>	<ul style="list-style-type: none"> >

- placek orzechowy z jabłkami - rubinowy migdałowiec z żurawiną - tort orzechowo-migdałowy		> > >
<u>WITAMINA "K"</u> 1. ROŚLINY STRĄCZKOWE - sałatka z kolorowej fasoli i groszku z dodatkami - puree z fasoli z ziołami - sałatka z fasolki szparagowej, bobu, ziemniaków z sosem jogurtowo-czosnkowym - risotto z zielonym groszkiem i natką pietruszki - grochówka na wędzonych żeberkach	B. Chrystek R. Kajdan	> > > > > >
2. ZIELONE WARZYWA - mizeria ze świeżych ogórków - ogórki małosolne - ogórki konserwowe - pasta z awokado z pieczywem pełnoziarnistym		> > > >
3. OWOCE - deser wiogronowy		>

Przyjęte sposoby prezentacji:

1. Systematyczna degustacja przygotowanych przez uczniów potraw w ich domach rodzinnych.
2. Fotograficzna i opisowa prezentacja dokonań uczniów 2 razy w semestrze.
3. Półroczna prezentacja i degustacja przygotowanych potraw w sali nr 5.
4. Roczne sprawozdania opisowo-fotograficzne zamieszczane na stronie internetowej szkoły.

Założone kryteria oceny realizacji projektu:

1. Poziom nabytej przez uczniów wiedzy i umiejętności umożliwiających wykonanie zadania.
2. Stopień aktywności na poszczególnych etapach realizowanego zadania projektowego.
3. Umiejętność przestrzegania dyscypliny pracy.
4. Wzrost dążenia do otwartości w inicjowaniu działań.
5. Zdobycie praktycznej wiedzy o zdrowiu i sposobach dbania o zdrowie.

Opracowanie i realizacja zadania projektowego:

Beata Chrystek
Renata Kaniuka

Poznań 08.09.2014