



PLAN PRACY W PRACOWNI GOSPODARSTWA DOMOWEGO

CEL DZIAŁANIA :

- Poznanie zasad racjonalnego odżywiania się,
- Przygotowanie produktów do obróbki kulinarnej;
- Poznawanie walorów smakowych oraz energetyczno- kalorycznych przygotowywanych potraw;
- Nauczenie obsługi nowoczesnego sprzętu i narzędzi GD
- Nabycie umiejętności przyrządzania w domu tanich, smacznych posiłków.
- Poznanie zasad przygotowywania zapasów żywności na zimę.
- Kształtowanie nawyków, umiejętności praktycznych niezbędnych w życiu społecznym.
- Respektowanie powszechnie obowiązujących norm współżycia społecznego.
- Zwracanie szczególnej uwagi na porządek, własne bezpieczeństwo, zdrowie, poszanowanie mienia publicznego.
- Uczenie estetycznego nakrywania do stołu, poprawnego ułożenia sztućców.

REALIZACJA CELÓW ODBYWA SIĘ POPRZEZ :

- poznanie podstawowych pojęć z racjonalnego odżywiania (kaloryczność, wartość odżywcza itp.);
- naukę planowania menu dla rodziny;
- naukę kalkulowania menu rodzinnego;
- naukę dokonywania zakupów- art. i produktów spożywczych w sklepach i na targowiskach;
- nauka przygotowania produktów spożywczych do obróbki kulinarnej;
- poznanie technik obróbki kulinarnej;



- poznanie domowych technik konserwowania żywności;
- poznanie zasad bezpiecznego posługiwania się sprzętem kuchennym;
- nauka udzielania pierwszej pomocy medycznej przy najczęstszych rodzajach urazów przy pracach kuchennych.

PROWADZIMY ZAJĘCIA TERAPEUTYCZNE POPRZEZ:

1. Planowania posiłków.
2. Dokonywania zakupów.
3. Estetycznego nakrywania i podawania do stołu.
4. Obsługi zmywarki i innych urządzeń AGD.
5. Przygotowywania naczyń.
6. Obróbki produktów: mycie, krojenie, ucieranie, szatkowanie.
7. Sporządzania posiłków.
8. Pieczenia ciast.
9. Przygotowywania deserów.
10. Przygotowywania napojów: herbata i kawa.

CELEM PRACOWNI GOSPODARSTWA DOMOWEGO JEST:

1. Nauka planowania, gospodarności, oszczędności.
2. Doskonalenie i rozwijanie posiadanych umiejętności: znajomości wartości pieniądza, orientacji przestrzennej.
3. Umiejętność obsługi urządzeń elektrycznych.



4. Rozwijanie umiejętności manualnych, percepcyjnych.
5. Poznanie zasad higieny osobistej i bezpieczeństwa pracy.
6. Rozwijanie zdolności indywidualnych i współpraca w grupie.
7. Poznanie nowych przepisów kulinarnych.
8. Promowanie zdrowego stylu odżywiania.

AUTORSKI PLAN PRACY W PRACOWNI GOSPODARSTWA DOMOWEGO

Sporządziła; Justyna Wojciechowska