

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

«Μαθαίνω να μαγειρεύω μόνος με EASY COOKING»: Εφαρμογή της ανάλυσης έργου - Task Analysis στην υλοποίηση συνταγών.

Συμμετέχουν τα τμήματα Ε1,Ε2,Ε3,Γ, Β1,Δ μαγειρικής
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ: Πολιτίδου Έφη (δietetολόγος-ψυχολόγος), Σερέτης Κώστας (Κοινωνιολόγος), Σουρή Ελευθερία (εργοθεραπεύτρια).
Υποστήριξη από την τεχνολόγο τροφίμων Παληαμπέλου Σαββούλα

Το EASY COOKING αποτελεί μια πρακτική «απλοποίησης» συνταγών, που αναδείχτηκε μέσα από πρόγραμμα ERASMUS.

Αρχικά αποφασίζουμε το γεύμα που θα μαγειρέψουμε, οργανώνουμε τα ψώνια για τα υλικά που θα χρειαστούμε και στοιχειοθετείται η ανάλυση έργου, δηλαδή η διαδικασία βήμα-βήμα. Τα παιδιά συνοδευόμενα από την εργοθεραπεύτρια πηγαίνουν στο κοντινό super market να ψωνίσουν τα υλικά. Κάθε μήνα παρασκευάζονται τουλάχιστον 2 γεύματα και φωτογραφίζεται η διαδικασία.

Στη συνέχεια με την συμβολή της εκπαιδευτικού-δietetολόγου γίνεται ανάλυση και θρεπτική αξιολόγηση του γεύματος και συζητούνται θέματα υγιεινής διατροφής, επιλογής και επεξεργασίας τροφίμων.

Μετά την παρασκευή των γευμάτων καλούνται επιλεγμένες ομάδες παιδιών να γευματίσουν μαζί. Ο εκπαιδευτικός κοινωνικής αγωγής μετά από την εκπαίδευση στο στρώσιμο και στήσιμο του τραπεζιού οργανώνει με τα παιδιά το γεύμα δίνοντας κάθε φορά διαφορετικό χαρακτήρα στο κοινωνικό γεγονός α) προσομοίωση ταβέρνας β) προσομοίωση δεξίωσης γ) προσομοίωση οικογενειακού γεύματος.

Τα παιδιά στη συνέχεια εκπαιδεύονται στο να αναρτούν, στο ειδικά σχεδιασμένο εκπαιδευτικό Blog του προγράμματος την ανάλυση έργου του γεύματος, φωτογραφίες και ενδιαφέροντα άρθρα. Περιηγηθείτε στο πρόγραμμα μας μέσα από το blog μας easycookingtaskanalysis.blogspot.com

Στόχοι Προγράμματος:

- Δημιουργία εγχειριδίου με οπτικοποιημένο εκπαιδευτικό υλικό για την αυτονόμηση των παιδιών στην παρασκευή των γευμάτων τους.
- Εκπαίδευση στην εκτέλεση μεσογειακών συνταγών με απώτερο στόχο την αυτονόμηση-αυτοεξυπηρέτηση
- Διατροφική ανάλυση και θρεπτική αξιολόγηση των γευμάτων μελέτη του ρόλου της

Διατροφής στον αυτισμό

- ▣ Διατροφική αγωγή – κανόνες υγιεινής διατροφής
- ▣ Κοινωνικές δεξιότητες
- ▣ Εκπαίδευση στην πληροφορική μέσω της ενασχόλησης με το blog

{mygallery}2020-2021/easy_cooking{/mygallery}