

2 skyrius. Mityba

ILGALAIKIS PLANAS

Bendroji informacija			
Mokykla	Gudručių vid. mokykla	Dalykas	Technologijos
Mokytojas	Vardenis Pavardenis	Programa	Mityba
Klasė	5	Pamokų skaičius	18
Tikslas	Sudaryti mokiniams prielaidas <i>išsugdyti</i> nuostata, kad sveikas ir skanus, tinkamai pagamintas, laiku vartojamas maistas – sveikatos pagrindas. <i>Gebėti</i> saugiai ir nuosekliai naudotis nesudėtingomis darbo priemonėmis, virtuvės įranga, <i>patirti</i> darbo džiaugsmą.	Pagrindiniai ištekļiai	Mitybai skirtuose kabinetuose ar atskiroje maistui ruošti zonoje ypatingą dėmesį skirti saugiam ir racionaliam darbo vietų organizavimui, atitinkančiam higienos normas ir darbų saugos reikalavimus. Būtina įranga ir darbo priemonės: techniška tvarkingos viryklės, garų surinktuvai virš kiekvienos viryklės, šaldytuvas, darbo stalai, individualūs ir bendro naudojimo indai bei įrankiai.
Uždaviniai	<p>Ugdymo procese mokiniai:</p> <ul style="list-style-type: none"> planuodami bei organizuodami praktinę veiklą, išmoks saugiai, nuosekliai gaminti ir prižiūrėti virtuvę, orientuotis rinkoje kaip vartotojai, išlikti sveiki; siekdami plėsti žinias apie mityboje taikomų technologijų kaitą, vartojamus maisto produktus, gamybos priemones, virtuvės įrangą, naudojasi įvairiais informacijos šaltiniais; žinodami švaros ir higienos medžiagų bei maisto produktų savybes, apibūdina, kaip juos tinkamai vartoti. 	Leidiniai	<ol style="list-style-type: none"> Pacevičiūtė A., Buračienė A., Narvilas M., Jucienė N. ir kt. Mityba. Tekstili. „Šok“ serijos vadovėlis, Šviesa, 2008. Lažauskas R. Mityba ir sveikata. Kaunas, KMU leidykla, 2005. Mielkuvienė B., Galkauskas K. J., Žygaitienė B. ir kt. Buities kultūra ir technologijos, 5 klasė. Vilnius, Onė, 2001. Mielkuvienė B., Sederevičiūtė Ž. Darbų ir buities kultūros pratybų sąsiuvinis 5 klasei. Vilnius, Onė, 2000. Mielkuvienė B., Gudmonienė Ž., Sederevičiūtė Ž. Technologijos. Kulinarija. 5 klasė. Vilnius, Lama, 1999. Mielkuvienė B., Ruzgienė R. Valgius gamina vaikai. Kaunas, Šviesa, 1992. <p>Receptūrų knygos, skirtos patiekalams iš pieno produktų, daržovių ir vaisių gaminti. CD skirti sveikai mitybai, virtuvės planavimui ir priežiūrai.</p> <p>Tinklapiai:</p> <ul style="list-style-type: none"> http://www.meniu.lt/ http://prieistalo.lt/ http://www.patiekalai.lt/ <p><i>Pageidautina</i> pasinaudoti informatikos kabinetu, kuriame mokiniai ieškos ir kaupis reikiamą informaciją.</p>

Mokinių laimėjimai mokymo(si) etapuose				
Ilgalaikio plano etapas	Valandos	Integracija	Vadovėlio	
			Skryčiai	Puslapiai
2.	3.	4.	5.	6.
1. Pasitelkti rastą informaciją apie virtuvėje naudojamą darbo priemonę, įrangą, stalo įrankius, indus ir saugų darbą su jais, virtuvių išplanavimą, švaros ir higienos medžiagas; ją aptarti, apibūdinti savais žodžiais, sutvarkyti virtuvę.	2-4	Informacinės technologijos Užsienio kalba Gamta ir žmogus	3.1. 3.2. 3.3. 7.1. 7.2.	38-39 40-43 44-45 90-91 92-93
2. Panaudoti turimas žinias apie sveikos mitybos režimą ir principus, pusryčių ir vakarienės patiekalus kuriamame projekte „Sveika mityba: pusryčiai ir vakarienė“.	2-4	Informacinės technologijos Užsienio kalba Gamta ir žmogus	4.1. 4.2. 5.2. 5.5.	48-51 52-53 62-63 68-69
3. Rasti informacijos apie kiaušinių, pieno produktų, vietinių ir atvežtinių daržovių bei vaisių asortimentą, jų sudėtį, naudą sveikatai ir laikymą, šaltus ir karštus patiekalus iš jų. Remiantis šia informacija tikslinti projektą „Sveika mityba: pusryčiai ir vakarienė“.	2-6	Lietuvių kalba Užsienio kalba Informacinės technologijos	2.2. 5.1. 6.1. 6.2. 6.4. 7.2.	18-21 56-61 72-75 76-77 82, 86, 87 92-93
4. Remtis sukaupta informacija apie šaltų ir karštų patiekalų gamybą iš kiaušinių, pieno produktų, daržovių bei vaisių, gaminti patiekalus, numatytus „Sveika mityba: pusryčiai ir vakarienė“ projekte. Patiekalus patiekti į stalą, degustuoti ir aptarti, kas pasisekė, kas nelabai, kaip elgtis prie stalo.	12-4	Lietuvių kalba	2.2. 6.1. 6.2. 6.4. 7.3.	18-21 72-75 76-77 82, 86, 87 94-95
Viso	18			