Co-funded by the European Union

Šis projektas bendrai finansuotas Europos Komisijos programos „ERASMUS+“ lėšomis. Šiame leidinyje išreiškiama tik autorių nuomonė. Nei Europos Komisija, nei SEPIE negali būti laikomos atsakingomis už šiame leidinyje pateiktos informacijos naudojimą.

Tema
Kasdienių maisto gaminimo ir valgių planavimo problemų sprendimas turint ribotus išteklius

Trukmė
60 min.

Lygis
Vidutinis

Taikomi informatinio mąstymo principai
☑ Dekompozicija
☐ Šablonų atpažinimas
☑ Abstrakcija
☑ Algoritminis mąstymas

MOKYMOSI VEIKLŲ BE KOMPIUTERIO RINKINYS

Receptas iš riboto ingredientų kiekio

Šios veiklos be kompiuterio metu dalyviai turi pagaminti visavertį valgį iš riboto turimų ingredientų rinkinio. Kiekvienas dalyvis ar komanda gauna iš anksto parengtą „produktų atsargų sąrašą“ su keliais ingredientais ir pagrindiniais apribojimais, pavyzdžiui, porcijų dydžiu, mitybos reikalavimais ar paprasto paruošimo reikalavimu.

Iššūkis – sukurti nuoseklų ir realistišką receptą tik iš pateiktų ingredientų. Dalyviai nusprendžia, kaip juos derinti, organizuoti darbą ir išdėstyti gaminimo žingsnius, kad net ir su ribotais ištekliais paruoštų tinkamą valgį.

Tikslinė grupė
☑ Žemos kvalifikacijos suaugusieji, kurių skaitmeninės kompetencijos menkos;
☑ Žemos kvalifikacijos suaugusieji, kurie yra įgiję ribotą formalųjį išsilavinimą ar kvalifikaciją;
☑ Žemos kvalifikacijos suaugusieji, retai dalyvaujantys mokymosi visą gyvenimą veiklose ar mokymuose.

Mokymosi tikslai
Šios veiklos metu suaugusieji besimokantieji ugdys gebėjimus:

- sukurti įgyvendinamą sprendimą naudodami ribotą išteklių rinkinį;
- rasti tinkamus elementų derinius pagal jų paskirtį, suderinamumą ir apribojimus;
- atpažinti įprastos receptų sandaros, procesų ir problemų sprendimo sekų dėsningumus;
- taikyti abstrakcijos principą: priimdami sprendimus sutelkti dėmesį į esmines elementų savybes;
- suskaidyti procesą į logišką, nuoseklią ir įgyvendinamą žingsnių seką.

Kompetencijų sritys
a) Inovacijų kompetencijos

Metodinis požiūris

☐ Žaidybinimas
☐ Mokymasis sprendžiant iššūkius
☐ Mokymasis bendradarbiaujant
☑ Patirtinis mokymasis

☑ Kūrybiškumas
☑ Kritinis mąstymas
☑ Problemų sprendimas
☐ Bendravimas
☐ Bendradarbiavimas

b) Informacinio raštingumo kompetencijos

☑ Gebėjimas rasti, suprasti ir kritiškai analizuoti informaciją
☐ Skaitmeninio ir vaizdinio turinio interpretavimas
☐ Žiniasklaidos įtakos ir šališkumo suvokimas

c) Gyvenimo ir karjeros kompetencijos

☑ Lankstumas ir gebėjimas prisitaikyti
☑ Iniciatyvumas ir savarankiškumas
☐ Socialumas ir tarpkultūrinė kompetencija
☐ Produktyvumas
☐ Lyderystė ir atsakomybė

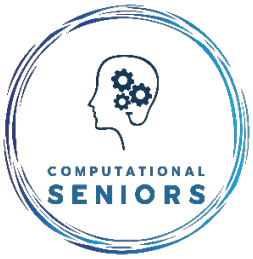
Mokymosi rezultatai

Atlikę veiklą suaugusieji besimokantieji geba:

- sukurti išsamų sprendimą (valgį) naudodami ribotą išteklių (ingredientų) rinkinį;
- rasti tinkamus elementų derinius pagal jų paskirtį, suderinamumą ir apribojimus;
- atpažinti nuoseklių sprendimų (pvz., receptų) kūrimo dėsningumus;
- priimdami sprendimus sutelkti dėmesį į esmines elementų savybes;
- suskaidyti procesą į aiškią, logišką ir įgyvendinamą žingsnių seką.

Fasilitatoriaus užrašai

- Naudokite realistiškus pažįstamų ingredientų sąrašus (pvz., ryžiai, kiaušiniai, daržovės, makaronai, prieskoniai), kad dalyviai susitelktų į samprotavimą, o ne į kulinarines žinias.
- Ingredientų pasirinkimas turi būti ribotas, tačiau pakankamas keliems tinkamiems receptams sukurti.
- Venkite pernelyg sudėtingų mitybos ar kulinarinių reikalavimų – apribojimai turi būti paprasti ir suprantami.
- Skatinkite kūrybiškumą: vieno „teisingo“ recepto nėra. Įvairūs deriniai gali būti tinkami, jeigu jie pagrįsti.
- Akcentuokite recepto struktūrą (seką, pasirengimo žingsnius, gaminimo tvarką), o ne vien galutinį patiekalą.



Co-funded by the European Union

Receptas iš riboto ingredientų kiekio

1 žingsnis. Susipažinkite su ingredientais ir apribojimais

Dalyviai gauna nustatytą turimų ingredientų sąrašą ir apribojimus (pvz., porcijų skaičių, mitybos ribojimą, laiko limitą ar turimus virtuvės įrankius). Papildomų ingredientų pridėti negalima.

Pirmiausia jie peržiūri, ką turi, ir išsiaiškina galutinio rezultato reikalavimus: paruošti visavertį valgį iš tarpusavyje derančių ingredientų.

Informatinio mąstymo akcentas – dekompozicija: problemos skaidymas į pagrindines dalis, tokias kaip ingredientai, apribojimai ir valgiui keliami reikalavimai.

2 žingsnis. Pasirinkite ir suderinkite ingredientus numatytam receptui

Dalyviai nusprendžia, kaip turimus ingredientus sugrupuoti ir sujungti į patiekalą. Jie numato valgio struktūrą (pvz., užkandį, pagrindinę dalį, pagardus, garnyrą) ir kiekvieno ingrediento panaudojimą.

Nustatydami kiekvieno ingrediento paskirtį, jie pradeda kurti aiškią recepto idėją.

Informatinio mąstymo akcentas – abstrakcija: dėmesys kiekvieno ingrediento funkcijai ir paskirčiai, o ne pavienėms jo savybėms.

3 žingsnis. Sudarykite ir pristatykite gaminimo eigą

Dalyviai sukuria išsamų receptą, žingsnis po žingsnio paaiškindami, kaip patiekalas bus gaminamas tik iš turimų ingredientų. Jie nurodo veiksmų tvarką (paruošimą, terminį apdorojimą, patiekalo sukomponavimą) ir tai, kaip gaunamas galutinis valgis.

Informatinio mąstymo akcentas – algoritminis mąstymas: aiškios, tvarkingos žingsnių sekos kūrimas, kad ingredientai būtų paversti paruoštu valgiu.

VEIKLOS KORTELĖS

Receptas iš riboto ingredientų kiekio

Kortelių kategorijos

Ingredientai

Apribojimai

Svarbos lygiai

Esminė
Būtina atsižvelgti

Didelė
Svarbu atsižvelgti

Vidutinė
Naudinga atsižvelgti

Šis projektas bendrai finansuotas Europos Komisijos programos „ERASMUS+“ lėšomis. Šiame leidinyje išreiškiama tik autorių nuomonė. Nei Europos Komisija, nei SEPIE negali būti laikomos atsakingomis už šiame leidinyje pateiktos informacijos naudojimą.

Atspausdinkite skaidres ir sukarpykite, kad galėtumėte naudoti šioje veikloje.

Co-funded by
the European Union

Ryžiai

Makaronai

Duona

Kiaušiniai

Vištienos krūtinėlė

Tunas

Sūris

Svogūnas

Pomidorai

Morkos

Špinatai

Šaldyti žirneliai

Salotos

Kukurūzai

Česnakas

Alyvuogių aliejus

MAŽIAU LAIKO

Dabar valgiui paruošti turite tik 20 minučių.

Svarba: didelė

PAPILDOMAS SVEČIAS

Paruoškite vieną papildomą porciją.

Svarba: didelė

NEKEPKITE KEPTUVĖJE

Negalite kepti jokių ingredientų keptuvėje.

Svarba: didelė

SVEIKAS VALGIS

Naudokite mažiau aliejaus ir rinkitės sveikesnius gaminimo būdus.

Svarba: didelė