Profesinio mokymo centras „Žirmūnai“

NVŠ programa „Sveika mityba ir stilius“ - 72 val.

Mokymo vieta - Žirmūnų 143, Vilnius

Mokymo programos tikslas - ugdyti socialiai atsakingą asmenybę, išmanančią sveikos gyvensenos, ekologijos ir aplinkos tausojimo principus.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | NVŠ programos turinys (turinio sudėtinės dalys turi sietis su programos uždaviniais, veiklų pobūdis ir trukmė turi būti subalansuoti (teorija ir praktika; fizinis aktyvumas, protinė veikla ir dvasinis tobulėjimas; pateikiamas ne užsiėmimo, bet visos teikiamos programos turinys) | | | | |
| 1. | Sudėtinė dalis  (tema) | Veiklos apibūdinimas | Metodai | Ugdomos bendrosios ir dalykinės kompetencijos | Trukmė  (val.) |
| 2. | Sveikatai palankūs maisto produktai | Maisto produktų sudėties analizavimas | Diskusija, praktiniai darbai grupėse, pristatymas | Ugdomos pažinimo, iniciatyvumo, bendradarbiavimo komandoje kompetencijos | 4 val. |
| 3. | Maisto tausojimas ir ekologija | Susipažinimas su maisto švaistymo poveikiu gamtai, ekologijai, maisto tausojimo galimybių, jo antrinio panaudojimo išaiškinimas. | Diskusija, vaizdinės medžiagos analizė, darbas grupėse, pristatymas | Ugdomos pažinimo, socialinės atsakomybės, iniciatyvumo gebėjimo analizuoti, mokėjimo dalintis kompetencijos | 4 val. |
| 4. | Maisto vartojimo kultūra | Stalo indų, įrankių pažinimas, stalo serviravimo subtilybių įsisavinimas, stalo dekoravimo praktiniai darbai | Pažinimas, diskusija, praktiniai užsiėmimai | Ugdomos pažinimo, iniciatyvumo, kūrybiškumo, stiliaus pojūčio kompetencijos | 4 val. |
| 5. | Palankių sveikatai užkandžių ir patiekalų ruošimas ir jų patiekimas | Maisto produktų parinkimas, paruošimas, praktiniai užkandžių ir patiekalų gaminimo darbai | Susipažinimas su saugiu darbu, užkandžių ir patiekalų gaminimo inventoriumi, praktinis maisto gaminimas | Ugdomos pažinimo, atsakomybės, dėmesingumo iniciatyvumo, kūrybiškumo, praktinių įgūdžių kompetencijos | 12 val |
| 6. | Palankių sveikatai desertų ruošimas ir jų patiekimas | Maisto produktų parinkimas, paruošimas, praktiniai desertų gaminimo darbai | Susipažinimas su saugiu darbu, desertų gaminimo inventoriumi, praktinis desertų gaminimas | Ugdomos pažinimo, atsakomybės, dėmesingumo iniciatyvumo, kūrybiškumo, praktinių įgūdžių kompetencijos | 12 val. |
| 7. | Siuvimo ir dekoravimo priemonės | Supažindinimas su įvairiomis siuvimo ir dekoravimo priemonėmis | Susipažinimas su saugiu darbu, pažinimas, diskusija, praktiniai užsiėmimai | Ugdomos komunikavimo kompetencijos, bendradarbiavimo, pagalbos skatinimas | 2 val. |
| 8. | Stalo aksesuarų ir dekoro gamyba | Susipažinimas su dekoro elementais ir jų gamyba | Pažinimas, diskusija, praktiniai užsiėmimai | Ugdomas estetinis suvokimas,  skatinamos individualumo paieškos, dėmesio išlaikymo kompetencijos | 6 val. |
| 9. | Ekologiškas ir aplinką tausojantis tekstilės gaminys | Ekologiškų ir aplinką tausojančių tekstilės gaminių siuvimas ir dekoravimas | Pažinimas, diskusija, praktiniai užsiėmimai | Ugdomas estetinis suvokimas,  skatinamos individualumo paieškos, dėmesio išlaikymo ir veiklos tęstinumo kompetencijos | 6 val. |
| 10. | Prikelk antram gyvenimui | Pamirštų, nenešiojamų drabužių dekoravimas, taisymas | Pažinimas, diskusija, praktiniai užsiėmimai | Ugdomos vertybės, prioritetų nusistatymas, išteklių tausojimo, veiklos tęstinumo kompetencijos | 12 val. |
| 11. | Sena paversk nauju | Pamirštų aksesuarų ir tekstilės gaminių panaudojimas naujai | Pažinimas, diskusija, praktiniai užsiėmimai | Ugdomos vertybės, prioritetų nusistatymas, išteklių tausojimo | 10 val. |
|  |  |  |  | Iš viso val.: | 72 val. |