

Pouk gospodinjstva na daljavo

 Vasja Avsec, predmetni učitelj gospodinjstva in kemije – svetovalec,
Osnovna šola Preska

Virus SARS-CoV-2, ki se je spomladi 2020 pojavil v naših krajih, je temeljito spremenil naše življenje in močno vplival tudi na šolstvo. Šolanje na daljavo, ki si ga pred tem nismo mogli niti zamisliti, je postalo nova realnost in je spremenilo način poučevanja. Nekateri šolski predmeti so povsem teoretične narave, tako da je takšen pouk še nekako mogoč, drugi pa so praktični, zato je pouk brez stika učencev, učitelja in pripomočkov prav poseben izziv. Med te sodi tudi pouk gospodinjstva, ki temelji na praktičnem delu učencev ob prisotnosti in vodstvu učitelja. Poučevanje na daljavo je zato pri tem predmetu prav poseben izziv in ena od rešitev zanj je podana v tem članku.

Uvod

Po zimskih počitnicah v šolskem letu 2019/2020, natančneje po 1. marcu 2020, smo se vsak dan večkrat srečali z besedami korona, covid-19, zaprtje šol, izolacija, delo na daljavo ... Učenci, starši in učitelji, pa tudi vsa ostala javnost, smo si zastavljali vprašanja, kako bo potekalo delo, če bodo šole nekega dne resnično zaprli. Vsak pri sebi je iskal rešitve za takšno stanje in logične razlage.

Predmeti, ki jih poučujem, so povezani z vsakdanjim. Pri gospodinjstvu se v 5. razredu učenci učijo osnov ekonomike in se spoznavajo s tekstilom, z osnovami oblačenja, z vrstami obutve, z oznakami za vzdrževanje teh izdelkov, poleg tega pa pridobijo tudi nekaj praktičnih veščin, ko je na primer šivanje predpasnika. V 6. razredu spoznavamo živila, hrano in hranilne snovi, načine konzerviranja hrane, mehanske in toplotne postopke priprave hrane, pravo jedi in obrokov ter načine prehranjevanja. A kdor dolgo govori o hrani, prej ali slej postane lačen. Kako torej otrokom razložiti, da si lahko sami pripravijo jed ali obrok, če so od malega vajeni, da ta dela namesto njih opravljajo odrasli?

Doma otrokom hrano pripravljajo mamice in očki ter dedki in babice, v vrtcih kuharice in vzgojiteljice, v šolah pa kuharji, kuharice in učiteljice. Družine, iz katerih prihajajo učenci, se razlikujejo glede na to, koliko samostojnosti privzgojijo otrokom, zato so tudi razlike v spretnostih pri odraščajoči mladini zelo velike. Nekateri si znajo že sami pripraviti določene jedi, številni pa si ne znajo odrezati niti kosa kruha ali olupiti jabolka, kaj šele krompirja ...

Uvedba šolanja na daljavo je ob upoštevanju teh dejstev porodila povsem nova vprašanja. Kako na daljavo voditi pouk in upoštevati vse te razlike, in to brez stika ali vsaj vidnega kontakta. Pri tem je seveda pri izvedbi vaj treba preprečiti poškodbe, praske, udarce, ureznine, razlitje tekočin po prostoru, predvsem pa vročega olja po kuhalniku. Obstaja tudi nevarnost, da otrok pozabi izklopiti pečico ali kuhhalno ploščo.

To bo pa kar velik zalogaj, sem si rekel ... Na uspešnost opravljene vaje vpliva veliko dejavnikov. Je morda bolj smiselno, da se v prvi meri posvetim varnosti in predavam le teorijo? Vendar kako, ko pa



Spletna stran OŠ Preska na družbenem omrežju Facebook

vem, da se večini otrok kar zasvetijo oči, ko omenim ustvarjanje za štedilnikom, in da so v dobi rasti, ko vse dobrote posrkajo z očmi in usti. Zaprte bodo trgovine, šolske kuhinje, gostilne, picerije, starši bodo v službah. Pa menda otroci ja ne bodo odvisni od vnaprej pripravljene industrijske ali domače hrane?

Potemtakem, sem si mislil, moram pripraviti smiselna navodila za domačo pripravo jedi. Izbrati moram takšno zahtevnost vaje, da si bo lahko vsakdo, ki se bo držal napotkov, varno pripravil okusen in zdrav obrok, ob tem pa omogočal uporabo kuhinje tudi drugim članom gospodinjstva. Naj bo to vodilo. Naj dobijo predmeti sodobna priprava hrane, načini prehranjevanja in gospodinjstvo tudi svoj praktičen pomen. Otroci naj torej ob svojem trudu spoznajo, koliko dela, časa in energije je potrebno vložiti v pripravo posameznega obroka, ki nas nasiti le za kratek čas. Komaj pomijemo in pospravimo, že se moramo ponovno lotiti dela za naslednji obrok.

Vsak začetek je težak

Začel sem s teorijo in najprej opozoril, da mora biti pri delu prisotna odrasla oseba, ter da naj nekaterih stvari učenci ne delajo sami, dokler starši ne ocenijo, da so dovolj zreli in jim to sami dovolijo.

Naslednjo oviro je predstavljalo branje receptov. Z napisanimi navodili in recepti si učenci namreč niso domači. Nimajo dovolj potrpljenja, pa tudi znanja se jim še ni nabralo dovolj. Treba jih bo voditi skozi postopke, mimo pasti in čisto do končnega cilja, saj se le tako začetno navdušenje tudi ohrani in razvija naprej.

Preveč enostavno pa tudi ne sme biti, sem nadaljeval svoje razmišljanje. Pred njih moram postaviti nov izziv. V kratek filmček bom s komentarji in slikami/fotografijami skril vsa navodila za pripravo in količine sestavin. Tako bodo morali budno slediti, natančno opazovati, razmišljati in včasih celo kaj zapisati. Vsekakor pa bodo morali spremljati celoten postopek priprave jedi.

Tako se je praktično delo hitro postavilo ob bok suhoparni teoriji. Ročnost in spretnost nam sicer zelo pomagata, a žal ne, če nimamo potrebnih sestavin, če ne znamo oceniti razmerij med njimi, če ne poznamo receptov in če ne obvladamo postopkov.

Kako naj torej otrokom olajšam delo, skrajšam čas med obroki, popestrim ure in dneve pouka na daljavo? Vse to in še marsikaj drugega sem ob uvažanju pouka na daljavo, marca 2020, premleval v glavi.

Nato je prišel 13. marec 2020, ko smo učitelji po pokuku prejeli odločbo, da od ponedeljka za teden dni ostanemo na izrednem dopustu. V tem času nas bo vodstvo šole obvestilo, kako in kaj bomo delali na-

prej. Nihče si ni predstavljal, koliko časa bo potekal pouk na daljavo. Kakšne cilje bomo morali dosegati, kako smo podkovani in opremljeni za tako obliko pouka, kako smo učence in starše pripravili na tako obliko učenja, kako bomo nadzirali prisotnost, znanje, prizadevnost?

Bili smo popolnoma nepripravljeni. Tako šolniki, učenci, javnost, da o stroki ne govorim. Učenje na daljavo je bilo pravo presenečenje, ki je zahtevalo obilico improvizacije in iznajdljivosti.

V nedeljo, pred tednom dopusta, sva se z ženo, ki je tudi učiteljica, odpravila na izlet na obalo. Pogovori so se ves čas navezovali na zaprtje šol. Kaj bo, kako bo, če bo, ko bo ...

Od zamisli k dejanjem

Tisto nedeljsko popoldne so me hoteli ženini sorodniki pripraviti do tega, da za večerjo spečem pico. Razmere so bile ravno prave za uresničitev moje zamisli. Brž sem postavil svoje pogoje. Ni bilo potrebno dosti energije, da sem motiviral nečakinjo, ki hodi v prvi razred, in pridobil dovoljenje njenih staršev, da bo pod mojim mentorstvom pico spekla kar sama. Med tem ko jo bom usmerjal skozi postopke, pa bom snemal filmček. In tako sta nastali dve dobri stvari, odlična pica in prvi kratki iMovie.

S pico smo potešili lakoto, s filmčkom pa sem na strani šolskega Facebooka sprožil plaz zanimanja za tovrstno kuhanje. Od tega dne do vrnitve v šolo sem vsak dan (tudi ob vikendih, med prazniki ali v času počitnic) posnel, zmontiral in objavil vsaj en film, ki je trajal od 2 do 5 minut. Naložil sem ga na YouTube kanal in ga objavil na FB strani naše šole. Veliko vaj so si otroci ogledali skupaj s starši. Vaje v filmu so odlično vodilo v uporabnem učenju, ki ponujajo množico namigov in praktičnih napotkov, vse to pa na zabaven in neobremenjujoč način. Število ogledov na šolski strani je več kot zadovoljivo, od 200 do 500 ogledov za posamezno vajo.



Praktičen prikaz dela na kanalu YouTube

Prvi odzivi

Objave so bile odmevne. Poleg naših učencev so jih spremljali in komentirali tudi bivši učenci naše šole in celo krajski naši občini, tako je celo naš lokalni časopis Sotočje objavil članek o kuhanju na daljavo.



Članek v občinskem glasilu Sotočje

Sčasoma, ko smo vzpostavili šolske učilnice in delo na daljavo, sem povezave vdela v posamezne predmete in nadaljeval s kulinarčnim krožkom na daljavo. Učenci so prejeli navodila za učenje na daljavo. Po e-pošti so mi pošiljali po 5 fotografij opravljenih del, navodila za delo oz. recepte, ob tem pa so navedli porabljen čas za izvedbo posamezne vaje.

V tem obdobju, natančneje 9. maja 2020, sta Nika Zorič in Nik Olaj, učenca 8. razreda naše šole, zmagala v 2. seriji TV oddaje Mali Šef. Šoli sta priborila 10.000 € vredno nagrado. Z njuno zmago se je še povečalo zanimanje sošolcev, vrstnikov in mlajših za ustvarjanje v kuhinji.



Nika Zorič in Nik Olaj, učenca 8. razreda naše šole, sta zmagala v 2. seriji TV oddaje Mali Šef in šoli prinesla 10.000 € vredno nagrado

Potek pouka na daljavo

Junija, septembra in v začetku oktobra smo se na šoli kljub preletom letal ob zmagi nad epidemijo posvetili pripravi na delo na daljavo za primer drugega vala bolezni. Vsi učenci so si na oblaku Google Drive ustvarili mape, kamor dostopajo s šolsko elektronsko pošto (e-mailom) in med predmete nalagajo opravljene vsebine.

Pouk gospodinjstva in izbirnih predmetov SPH (sodobna priprava hrane) in NPH (načini prehranjevanja) poteka po preverjeni metodi. Teoretični del pouka je organiziran v e-učilnici, kamor učenci dostopajo z e-ključem. V forum, ki ga avtomatsko prejmejo vsi učenci določenega predmeta, tedensko pošiljam obvestila z navodili za določen teden, mesec ali daljše obdobje.



Posnetek zaslona z objavami za učence, v katerih so opisana navodila za delo, teoretične osnove in vprašanja za ponavljanje snovi. Objave so razdeljene v mape, v njih pa se nahajajo besedila in fotografije.

Mape na šolskem oblaku so dosegljive vsem tistim učencem, ki so jim namenjene. Z njimi lahko natančno sledimo učni poti, pa tudi predvidevamo, česa se bomo naučili v prihodnjih tednih.



Objave so razdeljene v mape, v njih pa se nahajajo besedila in fotografije.

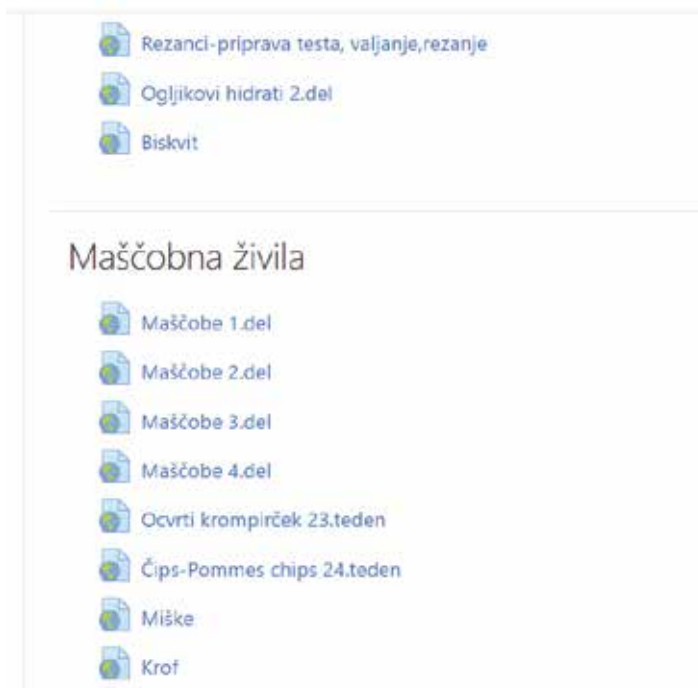
Vsak razred ima za posamezni predmet odrejeno mapo, v katero nalagam poglavja v obliki besedil, opremljenih s sličicami. Poglavja so razdeljena po sklopih ali po času v tednih. Sestavljena so iz teoretične razlage, praktičnega prikaza dela in sklopa vprašanj, ki utrdijo učenčevo znanje.



Posnetek zaslona z vprašanji in navodili za nakup sestavin za pripravo jedi

Med teorijo in prakso

Izkušnje so pokazale, da so učenci za praktično delo preko spletne učilnice dobro motivirani in v večini primerov pozorno sodelujejo. Sledijo in delajo brez večjih težav, pa tudi starši so z njihovim delom seznanjeni, jih pri tem podpirajo in o njihovem delu hitro dobijo povratne informacije.



Posnetek zaslona, kjer lahko učenci najdejo nekaj teoretičnih podrobnosti o maščobah, poleg njih pa navodila za praktično delo, v katerih so opisani delovni postopki za pripravo nekaterih najbolj priljubljenih jedi.

Čisto brez teorije pa vendarle ne gre. Vedeti moramo, kaj damo v lonec, koliko je to vredno, kako to oblikujemo, kaj bo povzročilo v jedi in kaj pozneje v našem telesu. Zato so moja navodila prepletena s teoretičnimi osnovami o sestavinah jedi in praktičnimi napotki za njihovo pripravo.

Kratki filmi

Kuharski recepti so v knjigah lahko zelo suhoparni, še posebno za mlade, ki za besedami še ne vidijo njihovega pravega pomena. Besede, kot so stepanje, sekljanje, paniranje in mešanje ne pomenijo nič, če nikoli ne vidimo, kaj se pri tem dogaja, kakšno orodje je treba uporabiti in kako ga vihteti v rokah.

Da ne bi ostali sami in čisto na krilih domišljije, sem pripravil vrsto kratkih filmov, kjer je vse potrebno prikazano v gibanju. Tako gledalci (učenci, njihovi starši, pa tudi vsi drugi, ki jih to zanima) dobijo občutek o trajanju priprave oziroma porabljenem času in spoznajo najbolj pripravne načine uporabe kuhinjskih pripomočkov. Konec koncev je v kuhinji zelo pomemben potek menjave odrabljenih in svežih pripomočkov, da se nam kuhinjski pult povsem ne zasiči z odrabljeno posodo.

Filmi prikazujejo pripravo najbolj pogostih jedi, seveda takšnih, ki so primerne za pripravo z mladimi, nezkušenimi rokami. Morda je tu in tam potreben kak poseg babice ali mame, ki doda nekaj družinske tradicije in prepreči, da bi postopek skrenil s prave poti.



Suhoparna teoretična navodila sem dopolnil s filmom, ki si ga otroci lahko ogledajo na svojem računalniku ali telefonu. To jim pomaga, kadar se kaj zaplete ali ne gre čisto po načrtih.

Ekonomija

Priprava sestavin, kuhanje in strežba so gotovo igrivi in zanimivi postopki za vsakega učenca, a v resničnem življenju čisto brez ekonomike ne gre. Naloge, ki jih učenci dobijo na spletni strani, so posvečene tudi nakupu sestavin. Prek njih dobijo vpogled v cenov-

na razmerja oziroma stroške in ugotovijo, da hrana ni čisto naravna danost, ki bi jo lahko dobili zastonj. Pomemben je tudi pogled na vrednost živil: koliko energije nam dajo, koliko vitaminov vsebujejo, koliko je v njih ogljikovih hidratov, sledi pa še vrsta drugih podatkov. Ti so predstavljeni s praktičnimi primeri iz vsakdanjega življenja.

KOLIKO STANE SLOVENSKI TRADICIONALNI ZAJTRK ZA ENO OSEBO? ALI ZNAŠ IZRAČUNATI?

1. NALOGA

Podatki, ki jih potrebuješ za izračun cene zajtrka za eno osebo so:

- 1 l svežega domačega mleka stane 1,00 €. Koliko stane skodelica 2,5 dcl mleka?
- 1 kg domačega masla stane 14,00 €. Za namaz dveh kosov kruha potrebujemo 20 g masla. Koliko stane 20 g masla?
- 1 kg medu stane 11,00 €. Za namaz dveh kosov kruha potrebujemo toliko medu kot masla. Koliko € odštejemo za med?
- 1 kg doma pečenega ajdovega kruha z orehi stane 2,8 € in je 50 % cenejši kot 1 kg kupljenega. Za zajtrk kupimo in pojemo 100 g ajdovega kruha z orehi. Koliko stane 100 g kupljenega ajdovega kruha z orehi?
- 1 kg domačih jabolčk stane 1,5 €. Srednje veliko jabolko tehtaja približno 150 g. Koliko stane 1 jabolko?

Sedaj si izračunaj cene posameznih sestavin za zajtrk (mleko, maslo, med, kruh in jabolko).

Koliko stane celoten zajtrk?

2. NALOGA

V prvi nalogi imaš podane količine živil za zajtrk na osebo. Izračunaj koliko kJ energije si z obrokom dobil, če veš, da nam da:

- 100 g mleka 273 kJ
- 100 g masla 3000 kJ
- 100 g medu 1270 kJ
- 100 g ajdovega kruha z orehi 1273 kJ
- 100 g jabolčk 244 kJ

Beležke in evidenca

O opravljenem delu vodim natančno evidenco, s katero preprečim, da bi nekatere stvari nepotrebno ponavljal, druge pa ob tem izpustil. Zapisovanje in vodenje evidenc vzame precej časa, zato so pogosto uporabljene kratice ali skrajšani zapisi, ki se ponekod ne držijo povsem slovnice. A to v tem primeru ni najbolj pomembno. Pomembno je, da pisanje teče hitro in pomensko natančno, kljub temu da delo poteka za vlažnim kuhinjskim pultom, kjer računalnik ni najbolj zaželen.

Zaključek

Čeprav se nekatere stvari včasih zdijo nemogoče in neizvedljive, je z nekaj napora mogoče obiti tudi na videz neprehodne ovire. Rezultati načina dela, ki je opisan v tem članku, potrjujejo, da je pot prava in da pomeni učinkovito alternativo običajnemu načinu poučevanja gospodinjstva. Prepreke in omejitve je mogoče z nekaj iznajdljivosti, truda in sodelovanja preseči, tako da tudi praktični pouk poteka skoraj nemoteno. To zagotavlja, da tudi generacija mladih, ki so se znašli v teh nepredvidljivih razmerah, ne bo prikrajšana za tisto znanje, ki ga poleg drugega potrebujejo v vsakdanjem življenju.

Primer nalog, s katerimi v učni predmet vpeljemo tudi ekonomiko.

x	tsz. odg	denar, prihod	kje kupovati	krofi	zelen. rižota				
x	odgovori	biskvit	kje dobimo	potrošniki	zajtrk. tsz	higijena			
x	odg	zajtrk							
x	odg. živ. potreba	kolač puding	cookiji	marmorni kolač	kje dobim	razpokančki	mufini		
x	20.11.odg	tsz. dobrote	baklava	kje dobim, g. čas	kje in kako kup	prih in odh	denar		
x	23. 11 tsz odg	cookiji	marmorni kolač	kje dobim, g. čas	kje in kako kup	narastek	denar	krofi	
x	20.11.TSZ, ODG	denar, prihod	kje nakupujem	kje dobimo					
x	26.tsz								
x	20.11.TSZ	22.11.kukiji	15.12.lazanja	medenjaki	odg urejen, gos	torta	mesna štruka	buhtelnji	lepinja
x	11.odg	tsz. čoko salame	cookiji						
x	odg	Marmorni kolač	denar	zdrav duh					
x	odg.TSZ	denar, prihod	Kje kupovati						
x	tsz zajtrk	denar	kje dobim	prihodki in odh	kje ikupovati				
x	18.11.odg	6.1. odg	cakepops	pizza	prih in odhodki	kje in kako kup	denar		
x	23.tsz odg	potica							
x	19. higijena	Šarkelj, kolač, rož	potica, pita	kolač	razpokančki	prehrana	cookiji	buhtelnji	kruh
x	odg kukiji	denar, prihod	kje in kako	palačinke	mufini	božično deblo	zajtrk	higijena	
x	17.11.odg.zdrav								
x	odg kukiji	piškot	slani polčki	hrenovke v testu	rogličke	kaj vse	medenjaki	zajtrk	jagodne kepice
x	20. 11. ODG, TSZ	osebna	prih. in odh	kje in kako	denar				
x	17.11.zajtrk	10.12.puding	mufini	krof					
x	plače	prih in odh	kje in kako kup	zdrav duh	higijena	prehrana			

Primer seznama, ki ga na hitro vpišem v svoj dnevnik in v njem na grobo opišem najpomembnejše točke – kje, kaj, koliko, kdaj ...