

A.FIȘA ACTIVITĂȚII

Marea Unire - Mâncare tradițională românească

☐ **Numele și adresa unității de învățământ aplicante** CENTRUL ȘCOLAR DE EDUCAȚIE INCLUZIVĂ ALEXANDRIA , Str. Libertății nr. 1bis, Loc. Alexandria

☐ **Nivelul de învățământ:** preșcolar/primar/ gimnazial/profesional

☐ **Nr. elevilor din școală:** 148

☐ **Nr. cadrelor didactice din școală:** 62

☐ **Coordonatorul activității:**

- Prof. Drăgan Aurelia, consilier educativ, profesor psihopedagogie specială,, drăgan_reli@yahoo.com, Tel. 0762604653
- Prof. Martin Rodica Loneta
- Prof. Cepan Alina Daniela
- Prof. Lăpădat Cristina

1.Titlul activității: *Mâncare tradițională românească-„Poale-n brâu”*

2. Domeniul în care se încadrează: *educație pentru sănătate și stil de viață sănătos*

3. Scopul activității: Formarea deprinderilor de alimentație sănătoasă și dezvoltarea abilităților practice

4. Obiectivele educaționale ale activității:

- să descopere importanța alimentelor sănătoase, a ingredientelor tradiționale, pe care le-au folosit și românii din vremurile trecute;
- să exploreze și să descrie, pe baza observațiilor directe, etapele preparării plăcintelor,,Poale-n brâu”;

- să observe și să efectueze acțiuni simple: prepararea și creșterea aluatului, modelarea și coacerea lui;
- să-și prepare singuri plăcinta „Poale-n brâu”, respectând etapele realizării acestora;
- să cunoască beneficiile activității în grup: colegi, părinți, profesori;
- să respecte regulile de igienă specific acestei activități culinare;

5. Elevi participanți: 14 elevi ai clasei aVII-a de la Centrul Școlar de Educație Incluzivă, Alexandria (100% participanți)

6. Durata și locul desfășurării activității: Activitatea a fost desfășurată în săptămâna „Școala altfel”, în data de 23 mai 2018, la Centrul Școlar de Educație Incluzivă Alexandria, Teleorman, în intervalul orar 9-13.

7. Descrierea activității:

Activitatea a debutat prin prezentarea unor filmulețe despre bucătăria tradițională românească a anilor 1918. S-a urmărit evidențierea Unirii regiunilor istorice ale României prin descoperirea celor mai bune mâncăruri tradiționale, a locurilor de poveste unde se adunau românii, indiferent că erau din Moldova, Muntenia, Transilvania sau Bucovina. Activitatea a continuat cu jocuri de rol despre meseria de bucătar. Este important ca încă de mici, copiii să fie conștienți că unele ingrediente conținute de produsele alimentare sunt nesănătoase, chiar nocive copiilor.

S-a urmărit formarea unei atitudini pozitive față de tot ce este tradiție și facilitarea consolidării relațiilor interumane prin intermediul acestor activități. Caracterul interdisciplinar al activității este dat de obiectivele propuse care vizează mai multe arii curriculare, precum istorie, matematică, științe și tehnologii.

La final, fiecare a prezentat produsul realizat, a explicat cum l-a pregătit și l-a servit alături de ceilalți colegi.

8. Rezultatele obținute în urma activității:

- dezvoltarea abilităților de lucru în echipă și a atitudinii pozitive
- aptitudinilor elevilor cu preocupări pentru arta culinară
- crearea unei strânse legături între generații.

Fiecare copil și-a pregătit și mâncat propria plăcintă „Poale-n brâu” și și-au exteriorizat bucuria, încântarea și mulțumirea față de rezultatele muncii lor. Satisfacția gustului a fost direct proporțională cu plăcerea de a găti preparatul.

9. Precizați dacă elevi/profesorii/părinții și-au manifestat dorința de continuare a acestei activități și modalitatea în care puteți asigura acest lucru:

Elevii au participat cu entuziasm la aceasta activitate. Părinții elevilor au apreciat activitatea considerând-o binevenită sub aspectul formării unor deprinderi la elevi, al stabilirii unor relații favorabile între copii și a cultivării atitudinii pozitive față de muncă. De asemenea, atât părinții, cât și copiii și-au manifestat dorința ca activitatea să fie continuată în cadrul unui concurs culinar între clase, de gătit în aer liber, cu vizite și ateliere de lucru desfășurate în cadrul unor unități de profil.

Astfel, copiii au fost invitați să învețe să prepare noi rețete ale mâncărilor tradiționale specifice celorlalte zone românești, alături de elevii Liceului Tehnologic „Nicolae Bălcescu” în cadrul laboratoarelor de patiserie existente în dotarea acestora.

10. Motivația activității ca fiind cea mai:

Activitatea culinară a avut un impact pozitiv asupra participanților, așa cum reiese din afirmațiile lor. Ea a reușit să dezvolte spiritul de echipă, să-și formeze o atitudine pozitivă față de muncă, să optimizeze relația școală- familie.

Copiii au învățat lucruri noi, au conștientizat cât de utile sunt activitățile cu caracter practic, au descoperit că arta culinară poate fi făcută cu multă plăcere și s-au bucurat de gustoasele produse realizate. Această activitate reprezintă o modalitate de valorificare a competențelor dobândite de copii pe termen lung și o recunoaștere a talentului manifestat din perspectivă creativă.

B. Mărturii relevante ale elevilor/profesorilor/părinților referitoare la activitatea propusă:

Satmari Cornelia, Profesor psihopedagogie specială, Centrul Școlar de Educație Incluzivă Alexandria:

”Activitatea copiilor a fost deosebită, iar pentru noi, cadrele didactice, a fost extraordinar să avem posibilitatea de a ne vedea copiii și în alte ipostaze decât acelea în care îi vedem în mod obișnuit. Astfel, activitățile de astăzi ne-au dezvăluit și alte laturi ale personalității copiilor noștri: lucrul în echipă, creativitatea, ingeniozitatea, abilitățile de exprimare verbală, îndemânarea și chiar talentul. Cu siguranță, fiecare își cunosc elevii, însă a fost interesant pentru mine, să văd cum se manifestă în cadrul unor grupuri de lucru.”

ELEVI:

Lincan Nicoleta: *Am învățat cum să pregătim plăcinte „Poale-n brâu” pufoase. Această activitate a fost atractivă pentru toți. Am învățat că în bucătărie trebuie să respecti câteva reguli foarte importante legate de igienă.*

Sterea Adriana: *Ce mi-a plăcut foarte mult la această activitate a fost că am putut prepara singuri plăcinte tradiționale. Această activitate mi-a dezvoltat îndemânarea în pregătirea unor bucate gustoase și apetisante. Mirosul îmbietor al ingredientelor m-au dus cu gândul la bucatăriile tradiționale românești în care toate produsele erau procurate din ograda proprie.*

Nicula Bianca: *Astăzi, am mâncat cea mai bună plăcintă pe care am preparat-o vreodată. Această activitate mi-a dezvoltat îndemânarea în pregătirea unor bucate gustoase și apetisante.*

PĂRINȚI:

Gulian Patrița: *Prin intermediul acestei activități am învățat să lucrăm împreună. Cred că nu există copil să nu fie fericit în lumea dulciurilor.*

Lincan Alina: *O bucurie de a fi alături de copii și pregătind cu ei diverse bunătăți. A fost o experiență frumoasă și mi-aș dori să mai avem astfel de activități cu copiii și părinții.*

Activitatea desfășurată în cadrul școlii noastre contribuie în mod direct la dezvoltarea imaginii noastre ca instituție, atât la nivel local, cât și județean. Performanțele elevilor participanți confirmă efectele formative ale activității, evidențiind activitatea continuă din școală unde elevii supervizați de cadre didactice și părinți își identifică, dezvoltă și manifestă potențialul creativ-inventiv, învățând să atingă performanța și excelența.

Dovezi ale activității

“Poale-n brâu” –scurt istoric

Aceste plăcinte savuroase și aromate nu sunt greu de realizat, iar gustul este unul cu totul special. Denumirea vine din străbuni și are originea în mediul rural. Această denumire vine de la femeile care purtau catrință și, ca să fie mai lejere în mișcări când spălau sau făceau treabă, își ridicau colțul la catrință și îl puneau în brâu. De aici vine denumirea plăcintelor Poale-n brâu.

Acest preparat culinar se realizează din șapte ingrediente tradiționale, și anume făină, zahăr, sare, lapte, untdelemn, ouă și brânză. Tocmai de aceea, plăcintele “Poale-n brâu” sunt și foarte sănătoase.

În trecut, aceste plăcinte tradiționale moldovenești erau umplute cu brânză de burduf, care era îndulcită cu zahăr. De asemenea, gospodinele care locuiau în satele din Moldova nu obișnuiau să gătească prăjituri sau plăcinte în zile normale, ci doar pentru evenimente mai speciale sau sărbători.

În cazul în care doriți să realizați plăcintele “Poale-n brâu” pentru a vă convinge cât sunt de delicioase și ușor de preparat, trebuie să știți că pentru aluatul a 12 plăcinte aveți nevoie de: 500 grame făină, două ouă, 200 de mililitri de lapte cald, 30 grame drojdie, o lingură de zahăr și două linguri de untdelemn.

Pentru umplutură este nevoie de aproximativ 300 de grame de brânză, de preferat proaspătă de vacă, două ouă, patru linguri de zahăr și o jumătate de linguriță de sare. De asemenea, după ce sunt așezate în tavă, plăcintele sunt unse cu un gălbenuș de ou amestecat cu o lingură de zahăr.

REȚETĂ

Poale-n brâu moldovenești

Ingrediente aluat

- 500 g faina
- 240 ml lapte
- 7 g drojdie deshidratata/25 g proaspata
- 2 oua medii
- 60 g unt
- 90 g zahar
- 1 varf cutit sare
- 1 portocala (coaja rasa)

Ingrediente umplutura de branza de vaci

- 350 g branza de vaci bine scursa
- 150 g zahar
- 2 oua medii
- 2 linguri gris
- 1 portocala medie (coaja rasa)
- 50-60 g stafide
- 1 varf cutit sare
- 1 plic zahar vanilat
- 1 galbenus de ou + 2 linguri de lapte (pentru uns)

Mod de preparare

Preparare Aluat

- Cernem faina intr-un vas, adaugam drojdia deshidratata si amestecam (daca folosim drojdie proaspata, o frecam cu 1 lingurita de zahar din cantitatea totala si apoi o adaugam in centrul fainii cernute).
- Adaugam treptat laptele caldut (atentie! laptele nu trebuie sa fie fierbinte, ci doar usor caldut).
- Incepem sa framantam aluatul si cand capata putina consistenta, adaugam ouale, zaharul, sarea, coaja de portocala si treptat untul moale.
- Framantam pana cand obtinem un aluat elastic. Daca aluatul se lipeste de mana, mai putem adauga, treptat, cca 50-100 g faina. Il punem intr-un vas, il acoperim cu folie de plastic alimentara si lasam aluatul la dospit, intr-un loc caldut, ferit de curenti de aer reci, pentru 2 ore, sau pana isi dubleaza volumul.

Preparare Umplutura

- Punem branza de vaci bine scursa intr-un vas, adaugam coaja rasa de portocala, ouale, stafidele tocate in bucatele potrivite, grisul, zaharul vanilat si sarea. Amestecam pana cand umplutura devine omogena, apoi o punem in frigider.

Asamblare

- Rasturnam aluatul dospit pe masa de lucru pudrata cu faina si il intindem intr-o foaie dreptunghiulara de cca 7-8 mm grosime.
- Taiem aluatul in patrate de cca 7-8 cm. Punem in centrul fiecarui patrat cate 1 lingura plina de umplutura.
- Lipim foarte bine doua cate doua colturile opuse ale fiecarui patrat.
- Punem placintele poale-n brau in tava de copt tapetata cu hartie de copt si le lasam sa dospeasca cca 45 -60 m, acoperite cu o carpa de bumbac, intr-un loc caldut.
- Dupa ce au dospit, ungem placintele poale-n brau cu amestecul de galbenus si lapte si le coacem in cuptorul preincalzit la 200°C, pentru 15-20 minute.