

ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ 2015-2016

ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ
ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

Τί είναι οι βιωματικές δράσεις;

- * Οι βιωματικές δράσεις δεν είναι ένα συνηθισμένο μάθημα. Βασίζεται στην έρευνα πάνω σε ένα συγκεκριμένο θέμα, στη συζήτηση, στον προβληματισμό, στην προσέγγισή του μέσα από πολλά άλλα μαθήματα-αντικείμενα και στην δημιουργία ενός τελικού προϊόντος.
- * Είναι ένα μάθημα ευχάριστο και δημιουργικό αλλά ταυτόχρονα διδακτικό όχι όμως όπως γνωρίζαμε μέχρι τώρα.
- * Μακάρι όλα τα μαθήματα να είχαν αυτή τη μορφή!

Βιωματική Γ' Γυμνασίου

- * Χωριστήκαμε σε 2 ομάδες: η α' ομάδα διδάχτηκε στα δύο πρώτα τρίμηνα τον Σχολικό Επαγγελματικό Προσανατολισμό τον οποίο και θα σας παρουσιάσουμε, ενώ η β' ομάδα την Τοπική Ιστορία. Στο γ' τρίμηνο οι ομάδες άλλαξαν θέμα κι έτσι είχαμε την ευκαιρία να «διδασθούμε» και τα δύο θέματα-αντικείμενα.

Σ.Ε.Π.

- * Στον Σχολικό Επαγγελματικό Προσανατολισμό ασχοληθήκαμε με το θέμα «Ανακαλύπτω τον εαυτό μου, ετοιμάζομαι για τον κόσμο της εργασίας».
- * Σκοπός του συγκεκριμένου θέματος ήταν να μας βοηθήσει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, να κατανοήσουμε την προσωπική μας ανάπτυξη, να αναπτύξουμε δεξιότητες επικοινωνίας, να ανακαλύψουμε τις δεξιότητες και τις ικανότητές μας, να αναπτύξουμε επαγγελματικές αξίες, να εκπαιδευτούμε στην λήψη αποφάσεων.

Γιατί επιλέξαμε το συγκεκριμένο θέμα;

- * Για να ετοιμαστούμε όχι μόνο για την επόμενη βαθμίδα, το Λύκειο, αλλά και για την αγορά εργασίας. Μέσα από τη συγκεκριμένη εργασία:
 - Ανακαλύψαμε τις ικανότητες και τις δεξιότητές μας
 - Ιεραρχήσαμε τις επαγγελματικές μας αξίες,
 - Ετοιμάσαμε το ηλεκτρονικό μας βιογραφικό Europass το οποίο θα εμπλουτίζουμε με το πέρασμα των ετών
 - Ερευνήσαμε ότι αφορά στα επαγγέλματα που μας ενδιαφέρουν για να διαπιστώσουμε αν είναι αυτό που ονειρευόμαστε ή που μπορούμε τελικά να ασκήσουμε.

Α' τρίμηνο α' ομάδα

Βιωματικές ασκήσεις για την ανακάλυψη του
εαυτού μας, των ικανοτήτων και δεξιοτήτων
μας, τόνωση της αυτοπεποίθησής μας, λήψη
αποφάσεων

Οι βιωματικές ασκήσεις που κάναμε αφορούσαν...

- * «Διακήρυξη για την Εκτίμηση του Εαυτού»: ο καθένας μας είναι ξεχωριστός, με ιδιαίτερες δεξιότητες και ικανότητες.
- * «Εντοπίζω τα δυνατά μου σημεία»: ποια είναι τα δυνατά μας σημεία, πού τα καταφέρνουμε καλά, ποιες δεξιότητες αξίζει να αξιοποιήσουμε και να ενισχύσουμε;
- * «Είμαι περήφανος για...»: για ποια επιτεύγματά μας είμαστε υπερήφανοι; Δύσκολο να τα βρεις!!!
- * «Η διαπολιτισμική μου Νοημοσύνη»: είμαστε ρατσιστές και ξενοφοβικοί και φοβόμαστε να το παραδεχθούμε;



	30	45	60
sin	$\frac{1}{2}$	$\frac{\sqrt{2}}{2}$	$\frac{\sqrt{3}}{2}$
cos	$\frac{\sqrt{3}}{2}$	$\frac{\sqrt{2}}{2}$	$\frac{1}{2}$
tan	$\frac{1}{\sqrt{3}}$	1	$\sqrt{3}$



Οι βιωματικές ασκήσεις που κάναμε αφορούσαν...

- * «Εντυπώσεις»: πώς βλέπω εγώ τον εαυτό μου; Πώς με βλέπουν οι φίλοι μου; Πώς με βλέπουν τα αδέρφια μου; Πώς με βλέπουν οι γονείς μου;
Οι περισσότεροι εκπλαγήκαμε από τις απαντήσεις των αδερφών ή γονιών μας γιατί συνήθως τσακωνόμαστε μαζί τους και δεν εκφράσουμε ποτέ τα θετικά μας στοιχεία.
- * «Οι προσδοκίες μου»: οι προσδοκίες μας είναι τελικά δικές μας ή των γονιών μας ή άλλων προσώπων που μας επηρεάζουν;
- * «Επεξεργασία ενός μύθου» – Λήψη αποφάσεων: τι μπορούμε να κάνουμε σε περίπτωση που βρισκόμαστε σε δίλλημα;



Β' τρίμηνο - α' ομάδα γ' τρίμηνο β' ομάδα

Πρακτική άσκηση: δημιουργία βιογραφικού
Europass, δημιουργία επαγγελματικών
μονογραφιών για τα επαγγέλματα που μας
ενδιαφέρουν, online τεστ προσωπικότητας και
επαγγελματικού προσανατολισμού.

Βιογραφικό σημείωμα

Ένα έγγραφο που σας επιτρέπει να παρουσιάσετε τις δεξιότητες και τα προσόντα σας με τρόπο σαφή και αποτελεσματικό

Δημιουργήστε το CV (+ τη συνοδευτική επιστολή) σας διαδικτυακά



Ακολουθήστε τις οδηγίες και αποθηκεύστε το συμπληρωμένο έγγραφο (με μεταφόρτωση ή μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου).

Ενημερώστε το CV σας (PDF+XML) διαδικτυακά



Κατεβάστε τα έγγραφα του βιογραφικού σημειώματος (πρότυπο και οδηγίες)



Παραδείγματα



Ακολουθεί ένα παράδειγμα
επαγγελματικής μονογραφίας

ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ
Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ 2015-2016

ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΠΙΕΤΡΙ



Τεχνικός μαγειρικής τέχνης



Ορισμός

- * Ο τεχνικός μαγειρικής τέχνης είναι υπεύθυνος για την προετοιμασία και ασχολείται με την παρασκευή όλων των φαγητών και εδεσμάτων, στο χώρο όπου εργάζεται.



Εκπαίδευση

Ο τεχνίτης μαγειρικής τέχνης μπορεί να έχει σπουδάσει τη μαγειρική τέχνη

- ❖ στη Σχολή Τουριστικών Επαγγελμάτων (Σ.Τ.Ε.),
- ❖ σε ιδιωτικές σχολές μαγειρικής και σε δημόσια ή ιδιωτικά Ι.Ε.Κ.

Ο τεχνικός που έχει μάθει τη μαγειρική τέχνη εμπειρικά, μπορεί να παρακολουθήσει μαθήματα μαγειρικής σε ειδικά τμήματα μετεκπαίδευσης που οργανώνει κάθε χρόνο η Σ.Τ.Ε. σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας!



Δεξιότητες

Ο τεχνικός μαγειρικής τέχνης χρειάζεται

- ✓ να είναι δραστήριος,
- ✓ γρήγορος
- ✓ προσεκτικός.

Να έχει

- ❖ πρωτοβουλία,
- ❖ Φαντασία
- ❖ καλαισθησία,
- ❖ αναπτυγμένη την αίσθηση της γεύσης και της όσφρησης
- ❖ μεράκι για τη δουλειά του
- ❖ δεξιότητες στα χέρια
- ❖ ευαισθησία σε θέματα ατομικής καθαριότητας, προστασίας των τροφών και καθαριότητας του χώρου και των σκευών/εργαλείων που χρησιμοποιεί



Περιβάλλον ενασχόλησης



Μπορεί να εργαστεί

- σε ξενοδοχεία,
- εστιατόρια,
- νοσοκομεία,
- σχολεία,
- κολέγια,
- σε λέσχες πανεπιστημίων,
- σε πλοία,
- σε εργοστάσια,
- ιδρύματα,
- κέντρα ψυχαγωγίας,
- επιχειρήσεις έτοιμων φαγητών.
- να ανοίξει δικό του εστιατόριο, επιχείρηση έτοιμων φαγητών
- να ασχοληθεί με την οργάνωση δεξιώσεων.

Επαγγελματικές συνθήκες

Ο τεχνικός μαγειρικής τέχνης εργάζεται

❖ στον εσωτερικό χώρο των μαγειρείων, συνήθως μαζί με άλλους εργαζόμενους και πρέπει να φοράει ειδική στολή.

Η εργασία του είναι κουραστική, γιατί δουλεύει πολλές ώρες όρθιος, μέσα στα μαγειρεία-κουζίνες, όπου αναπτύσσονται υψηλές θερμοκρασίες και υπάρχουν έντονες μυρωδιές.

Αρκετές φορές, είναι υποχρεωμένος να δουλεύει με ένταση και σε γρήγορους ρυθμούς, όταν πρέπει να μαγειρέψει και να εξυπηρετήσει μεγάλο αριθμό πελατών ταυτόχρονα, ή όταν αναλαμβάνει την προετοιμασία ενός επίσημου γεύματος με υψηλούς προσκεκλημένους και άλλες ανάλογες ιδιαίτερες περιπτώσεις.



Γενικά σχόλια

- * Η μαγειρική, όπως και η ζαχαροπλαστική, είναι τέχνη που ασκείται από άτομα που διαθέτουν ταλέντο, μεράκι, φαντασία, οργανωτικότητα, ταχύτητα και επιδέξια χέρια. Οι μάγειροι δουλεύουν προσεκτικά και με υπομονή, διαθέτουν πολύ καλή γνώση των συστατικών των υλικών, του σωστού τρόπου μαγειρέματος κάθε τροφής και γνωρίζουν τους κατάλληλους συνδυασμούς των τροφών, με αποτέλεσμα να δημιουργούν γευστικά και ευπαρουσίαστα πιάτα φαγητών



Ευχαριστούμε για την προσοχή
σας!

Καλό Καλοκαίρι

