

Τίτλος δραστηριότητας: Παρασκευή ψωμιού

Πρόκειται για μια δραστηριότητα, στην οποία μπορούν με το ίδιο ενδιαφέρον να εμπλακούν ενήλικες και παιδιά, να αξιοποιηθεί το παραγόμενο προϊόν και να επαναλαμβάνεται με τον ίδιο ή παρόμοιο τρόπο σε εβδομαδιαία βάση.

Χώρος: Η δραστηριότητα πραγματοποιείται στο χώρο της κουζίνας του σπιτιού, χρησιμοποιώντας τον απαραίτητο εξοπλισμό, σκεύη και υλικά.

Σκοπός της διαδικασίας είναι σε ένα συνεργατικό κλίμα μεταξύ ενήλικα και μαθητή και ακολουθώντας τις οδηγίες με τη σωστή σειρά, να εμπλακεί ο μαθητής, να δραστηριοποιηθεί στο μέγιστο των δυνατοτήτων του και να παραχθεί ένα αξιοποιήσιμο προϊόν.

Εξοπλισμός – υλικά: Χρειαζόμαστε πάγκο κουζίνας ή ένα τραπέζι, ένα άνετο μπολ για το ζύμωμα, χλιαρό νερό, μαγιά, λίγο αλάτι, λίγη ζάχαρη, λίγο λάδι, φούρνο, μία πετσέτα, ένα κομμάτι λαδόκολλα (προαιρετικά).

Εκτέλεση συνταγής

1. Ρίχνουμε στο μπολ μισό ποτήρι χλιαρό νερό, τη ζάχαρη (μισό κουταλάκι του γλυκού), το αλάτι (μισό κουταλάκι του γλυκού) και τη μαγιά (1 φακελάκι) και ανακατεύουμε
2. Προσθέτουμε το αλεύρι και συνεχίζουμε με νερό (όσο πάρει), ώστε να μην κολλάει στα χέρια μας, όταν το πλάθουμε
3. Σκεπάζουμε με μια πετσέτα και αφήνουμε τη ζύμη για μια ώρα να φουσκώσει
4. Αφού έχει φουσκώσει η ζύμη την πιέζουμε και πλάθουμε όπως θέλουμε. Φτιάχνουμε δηλαδή ένα με δύο ψωμιά ή τα κάνουμε μπαλίτσες, για να γίνουν ατομικά ψωμάκια
5. Βάζουμε στο φούρνο στη χαμηλή σκάλα και ψήνουμε στους 180 βαθμούς για 40 λεπτά περίπου.

Ρόλος ενήλικα - βοηθού: Ο ενήλικας ανάλογα με τις δυνατότητες του παιδιού δύναται

- ✓ Να κάνει απλά μια υπενθύμιση στο μαθητή, ώστε να οργανώσει και να εκτελέσει τη δραστηριότητα μόνος του στο μεγαλύτερο μέρος της (αφορά σε άτομα με σημαντική ανεξαρτησία).
- ✓ Να υπάρχει ισότιμη συμμετοχή μεταξύ ενήλικα και παιδιού, αναλαμβάνοντας ο καθένας κατ' επιλογή και με συνεννόηση τι θέλει να αναλάβει. Δίνονται οδηγίες και όση βοήθεια χρειάζεται στο μαθητή (αφορά σε άτομα με μέτρια ανεξαρτησία).
- ✓ Να οργανώσει και εκτελέσει ο ίδιος τη δραστηριότητα στα βασικά της βήματα, να εμπλέκει το μαθητή σε συγκεκριμένα σημεία αυτής και στα ενδιάμεσα διαστήματα να του εξηγεί τι κάνει και γιατί, ώστε να διατηρεί το ενδιαφέρον του (αφορά σε άτομα με σημαντικές δυσκολίες).
- ✓ Ο ρόλος και η στάση του ενήλικα είναι πάντα ευέλικτη και προσαρμόζεται όταν χρειάζεται για διάφορους λόγους.

Καλή σας επιτυχία ...

Γαβριηλίδου Στυλιανή – Εργοθεραπεύτρια