בית מארח - ארוחת חושים
כיתות א'-ב'

הרעיון המרכזי - הילדים יתנסו באופן חווייתי בחיים עם מוגבלות.

מטרות השיעור:
- לימוד על החיים עם מוגבלות באופן המותאם לגילם והתפתחותם הרגשית של התלמידים.
- העמקת הידע לשם הפחתת רתיעה ובושה בקרב התלמידים בנוגע לאנשים החיים עם מוגבלות.
- לימוד מתוך התנסות חווייתית וחיובית בכדי לאפשר קרקע פורייה לשיח משמעותי לתלמידים.

מבוא
לפני קיום הערב יש לרכוש מוצרים המופיעים במתכונים הכתובים מטה (מצורפת רשימת ציוד לנוחיותכם).

- **התאמה של הערב לרגישויות שקיימות בכיתה** - במידה ויש תלמיד הרגיש לגלוטן, חלב או רכיב אחר יש להתאים את המתכונים, לקנות בהתאם לכך מוצרים ולפעול בזהירות יתרה במהלך הערב.
- **זהירות-**

יש לשמור על בטיחות לאורך כל הערב במגע עם כלי הבישול, תהליכי הבישול והגבלות החושיות שמטילים על התלמידים.

על התלמידים לשטוף ידיים בסבון לקראת הבישול ובמידת הצורך להשתמש בכפפות חד פעמיות לבישול.

ניתן להחליף את המתכונים במידת הצורך.

פתיחה- 5 דקות
המורה\ ההורה המלווה את הבית יסביר לתלמידים את הפעילות שלפניהם.

היום נעבור חוויה יחודית בה כל אחד יתנסה בהיעדר אחד מהחושים שלכם.

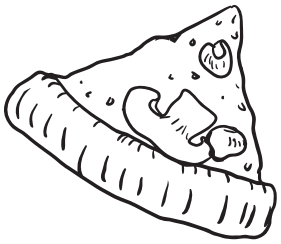
אנחנו נבשל ארוחה משותפת ביחד כאשר במהלך הבישול על חלקכם יהיה כיסוי עיניים, כפפות וכו'.

אנו נתחלק ל-3 קבוצות כאשר כל קבוצה תכין מתכון אחר- קבוצה ראשונה תכין פיצה, קבוצה שנייה תכין סלא פירות וקבוצה שלישית תכין כדורי שוקולד.



בישול- 20 דקות

קבוצת הפיצה-



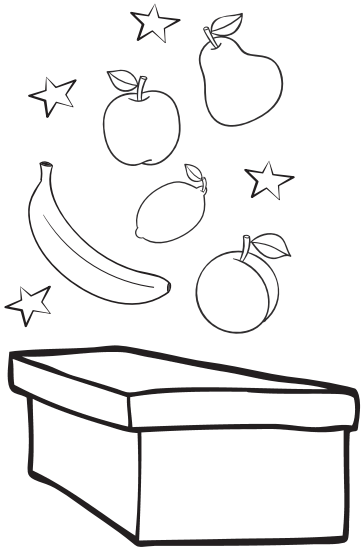
תחולק לשתי קבוצות.

קבוצה ראשונה- התלמידים יקבלו כפפות בישול, תלמידים אלו יחזיקו את המתכון לפיצה.

התלמידים בקבוצה זו יכולים לראות ולנסות לסייע אך לא יוכלו לעזור באופן פיזי בהכנת הבצק.

קבוצה שנייה- התלמידים יקבלו כיסויי עיניים, קבוצה זו תכין את הפיצה בפועל.

קבוצת סלט הפירות-

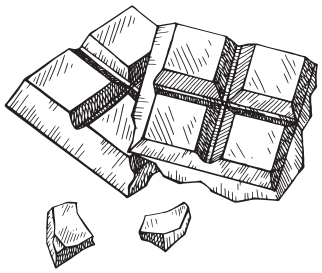


כל חברי הקבוצה יקבלו אטמי אוזניים למניעת רעשים. חברי הקבוצה בתחילה יחתכו את הפירות יחד. לאחר מכן, שניים מחברי הקבוצה יקבלו מתכון וכו ינסו להגיד לשאר חברי הקבוצה בלחישה את הסדר שעליהם לסדר את הפירות בכוס. על התלמידים לסדר לפי הסדר שנאמר להם.

***חשוב שיהיה מבוגר בסביבה בעת השימוש בסכינים.**

לאחר סיום חיתוך הפירות יש להרחיק את הסכינים מהתלמידים.

קבוצת כדורי השוקולד-



הקבוצה תחולק לשתי קבוצות.

קבוצה ראשונה- התלמידים יקבלו כפפות בישול, תלמידים אלו יחזיקו את המתכון לכדורי השוקולד.

התלמידים בקבוצה זו יכולים לראות ולנסות לסייע אך לא יוכלו לעזור באופן פיזי.

קבוצה שנייה- התלמידים יקבלו כיסויי עיניים, קבוצה זו תכין את כדורי השוקולד בפועל.

פעילות דיון (הפעת אכיית הטיבות) – 25 דקות

מבוגר המלווה את הערב יכניס לתנור את הפיצות לתנור למשך 15 דקות על 180 מעלות,
הפיצות מוכנות כאשר הגבינה נמסה מעל.

בזמן האפייה המורה\ המבוגר האחראי יערוך פעילות עם חברי הקבוצה.

טעימה עיוורת

אופציה א': המורה תבחר נציג, תכסה את עיניו ותיתן לו ירק כלשהו ליד, התלמיד יצטרך לנחש מהו הירק ולאחר מכן לטעום ולראות האם הוא צדק. הירקות והפירות יהיו בארגז עם מכסה כך שהתלמידים לא יכולים לראות אילו פירות וירקות יש בארגז\קופסה.
לדוגמא: בצל, מלפפון, עגבנייה, תפוח, אפרסמון, שזיף, גזר, קלמנטינה, תפוז וכו'. (בהתאם לעונות השנה בה מעבירים את הפעילות).

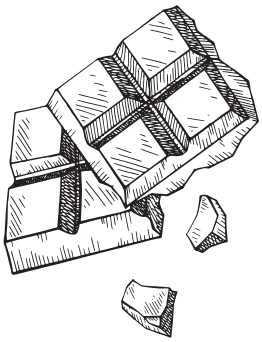
אופציה ב': ניתן לחלק לתלמידים שתי כוסות חד פעמיות כאשר בכל כוס יש כף גלידה בטעם שונה. על התלמידים לזהות את טעם הגלידה כאשר העיניים שלהם מכוסות בכיסוי עיניים. לדוגמא: טעם לימון ושוקולד וכו'.

דיון
המורה תיתן לשני נציגים מכל קבוצת בישול לספר מה חוו לאורך הפעילות.

לאחר מכן תשאל את כלל הקבוצה -
- איך הייתה עבורכם החוויה להיות ללא אחד מהחושים שלכם?
- מה הרגשתם?
- הרגשתם שהצלחתם להתגבר על הלקות?
- מה הכי הפריע לכם בהתמודדות ללא אותו חוש?
- איזה סוג של עזרה צריכים אנשים שחיים עם מגבלה שכזו?
- אילו אתגרים עומדים בפני אדם עם מוגבלות בחיי היום יום?
- איך אנחנו יכולים לעזור לאנשים שחיים עם מגבלה כזו?
- האם חבריך לקבוצה ראו את הקושי שלך?
- מה למדתם מהפעילות הזו?

כשהפיצות מוכנות ניתן לכל התלמידים כיסוי עיניים וניתן להם לשבת. שני תלמידים יעברו בין כל התלמידים ויגישו להם את האוכל המוכן אותו התלמידים יאכלו בעיניים מכוסות, כאשר המבוגר האחראי ינחה "כי הפיצות חמות ויש לאכול בזהירות."

מתכון לכדורי שוקולד:



1. מרסקים ומפוררים את הפתי בר לתוך קערה גדולה.

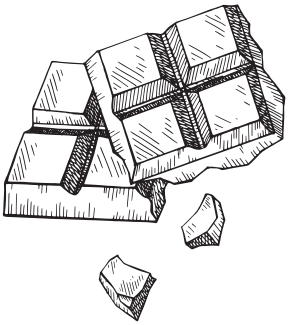
2. ממיסים את החמאה במיקרוגל עד להמסה.

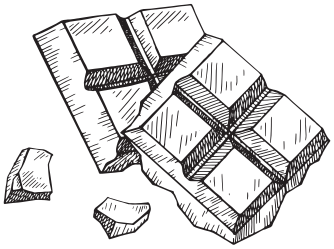
3. מוסיפים לפתי בר המרוסקים את החמאה המומסת ומערבבים היטב עד שכל הפתי בר רטובים.

4. מוסיפים לקערה את שאר מצרכי כדורי השוקולד- 3 כפות שוקולית או קקאו, 4 כפות סוכר / אבקת סוכר גדושות, 2 כפות ממרח שוקולד ומערבבים היטב, עד לקבלת עיסה יציבה.

5. בעזרת ידיים רטובות יוצרים כדורי שוקולד קטנים וטובלים בקערת קוקוס / סוכריות צבעוניות.

6. מניחים במנז'טים ולאחר מכן מניחים במקפיא עד לאכילה.

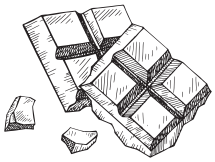




בית מארח -
ארוחת חושים

רשימת ציוד נדרש עבור ארוחת החושים:

סלט פירות:

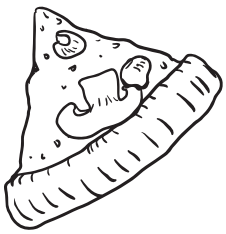


• כמות גדולה של פירות שונים בהתאם לעונה.
לדוגמה- אגס, תפוח, אפרסמון, בננה, תמר, תפוז, קלמנטינה, אפרסק, נקטרינה.
(יש לזכור שכל תלמיד יקבל כוס חד פעמית קטנה עם פירות).
• שרוול כוסות חד פעמיות.
• שיפודים
• סכינים
• קרשי חיתוך

פיצה:







• צנצנת רוטב עגבניות מוכן או רסק עגבניות.
• פרוסות גבינה צהובה.
• תבלין אורגנו\זעתר
• תוספות שאוהבים: זיתים, פטריות, תירס, גבינה בולגרית, בצל, פלפלים, טונה ועוד.
• במידה ויש תלמידים הרגישים לגלוטן- פיתה או לחם ללא גלוטן שישמשו כפיצה.
• קמח לבן רגיל
• שמנת חמוצה\ גבינה לבנה\ יוגורט.
• שמן זית או שמן רגיל
• נייר אפייה
• צלחות להגשה
• מפיות

כדורי שוקולד:

• חבילת ביסקוויטים פתי בר
• חמאה רכה
• שוקולית או קקאו
• סוכר / אבקת סוכר גדושות
• ממרח שוקולד
• קוקוס / סוכריות צבעוניות לציפוי
• מנז'טים

טעימה עיוורת:

אופציה א':
ארגז להניח בו את הפירות והירקות.
פירות וירקות לפי כמות התלמידים.
אופציה ב':
גלידה בשני טעמים..
כוסות
כפיות