

[Lietuvos skautijos jaunimo programa](#)

Laukiniai įgūdžiai

Virtuvės įgūdis (gebėjimai)

Čia rasite gebėjimus, kuriuos ugdomi skautai, gilinantys virtuvės įgūdį.

Laukiniai įgūdžiai – viena iš LS jaunimo programos veiklų.

Turiningoje ir išsamioje skautiškoje programoje yra visos šios veiklos:

- Veiklos bendruomenėje
- Laukiniai įgūdžiai
- Gerieji darbeliai



Virtuvės įgūdis



Pasiekiau lygmenį, kai:

- Parodžiau vienetui savo pasiekimus...
- ...aptariau juos su vieneto skautais...
- ...ir su vadovu.

1 lygmuo



- Palaikau tvarką savo namų virtuvėje ir papasakoju, kur laikomi visi maisto produktai, prieskoniai ir virtuvės įrankiai - indai, puodai, keptuvės, įrankiai, pašluostės.
- Žinau, kur stovykloje laikomas maistas. Nelaikau maisto savo palapinėje ir ant saulės.
- Su vadovo pagalba išbandau vieną paprastą primityviosios virtuvės receptą - keptas bulves žarijose, bananus su šokoladu ar skautišką duonelę.
- Pasiklausiu savo skilties skautų ir įsimenu, ką kiekvienas valgo ir nevalgo, kas kam alergiškas.
- Stovyklaudama(s) gamtoje, randu maisto atliekų vietą. Jei turiu nesuvalgyto maisto, jį ten išmetu.
- Turiu valgymui gamtoje reikalingą asmeninį inventorių - dubenėlį maistui, puodelį gėrimui, šaukštą, šakutę ir peilį.
- Prižiūriu savo valgymo įrankius - laikau vienoje vietoje, savo maišelyje, o jį - skautiškoje indaujoje ar kitoje sutartoje vietoje. Po kiekvieno valgymo įrankius iškart išsiplaunu ir vėl padedu į vietą. Savo indelius pasižymiu, kad nepamesčiau - pvz. užsirašau vardą ant įrankių ir ant maišelio.

2 lygmuo



- Žygio išvakarėse namuose paruošiu užkandį sau ir draugui - pvz. sutepu sumuštinčius, supjaustau daržoves.
- Namų virtuvėje paruošiu šiltą gėrimą - saugiai užverdu ir pagaminu arbatą, kakavą, pieną su medumi.
- Pasidarau savo skautiškų receptų knygelę.
- Iš skirtingo amžiaus stovyklos dalyvių sužinau 2 naujus skautiškus patiekalus ir užsirašau jų receptus į savo knygelę.
- Per dieną išgeriu tinkamą kiekį vandens, daug cukraus turinčius gėrimus vartoju saikingai.
- Atskiriu ir į tinkamą vietą išmetu tinkamas rūšiuoti popieriaus ir kartono atliekas.
- Sulaukęs (sulaukusi) visų skilties skautų, prieš valgydamas skautiškai padėkoju už maistą - kartu sudainuojame dainelę arba sukalbame maldelę.



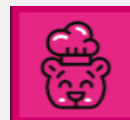
Virtuvės įgūdis



Pasiekiau lygmenį, kai:

- Parodžiau vienetui savo pasiekimus...
- ...aptariau juos su vieneto skautais...
- ...ir su vadovu.

3 lygmuo



- Stovyklaudama(s) gamtoje parodau, kaip pašildyti atvėsusį maistą ant laužo, o kaip šiltą atvėsinti požeminiame skautiškame šaldytuve ar pamerkus vėsiamе upelyje.
- Jaunesnius arba to dar nemokančius skautus išmokau tinkamai nusiplauti rankas ir įrankius, patikrinti produktų galiojimo laiką, nuplauti maisto produktus, pavalgius - išplauti indus ir įrankius, nusausinti ir padėti į vietą.
- Tinkamai pasiruošiu prieš gamindamas maistą stovykloje - apsirengiu švariais darbo rūbais, susirišu plaukus, nuplaunu gaminimo paviršius ir įrankius, prieš bei po gaminimo plaunu rankas su muilu ne trumpiau kaip 30 sekundžių, nuplaunu maisto produktus.
- Savo receptų knygelę papildau 5 naujais skautiškais receptais. Vienas iš jų - skautiškas desertas!
- Išbandęs vieną patiekalą pats, pagaminu jį savo skilties nariams.
- Atskiriu, išplaunu ir į tam skirtą vietą išmetu tinkamas rūšiuoti stiklo ir plastiko atliekas.

4 lygmuo



- Pasikalbėjęs (pasikalbėjusi) su skautu, dirbančiu stovyklos virtuvėje, sužinau kiek ilgai stovyklos sąlygomis išsilaiko pagrindiniai maisto produktai.
- Atskiriu, kurį maistą stovykloje reikia suvartoti iškart arba laikyti temperatūroje nuo 0° c iki +6° c, o likusius produktus laikau vėsiai, švarioje vietoje, atskirdama(s) skirtingų grupių produktus.
- Išbandau bent 2 primityviosios virtuvės receptus - išsikepu valgyti iš skirtingų produktų, neturėdama(s) puodo/keptuvės.
- Savo skilčiai papasakoju, kiek produktų iš skirtingų maisto grupių rekomenduojama suvartoti per dieną mano amžiaus žmogui ir kokia rekomenduojama dienos kcal norma.
- Pagal artimiausio žygio intensyvumą sudarau savo vieneto 1 dienos meniu ir kartu su skiltimi jį įgyvendinu.
- Stovykloje parenku gėrimui ir virimui tinkamą vandenį. Nešvarų vandenį išfiltruoju su savo gamybos vandens filtru.



Virtuvės įgūdis



Pasiekiu lygmenį, kai:

- Parodžiau vienetui savo pasiekimus...
- ...aptariau juos su vieneto skautais...
- ...ir su vadovu.

5 lygmuo



- Pasirenku vieną pasaulio kultūrą ar regioną, pagaminu bei pristatau jų virtuvės nacionalinį patiekalą savo skilčiai (vidaus sąlygomis).
- Suplanuoju, kiek peilių, pjaustymo lentų, pjaustyklių reikės stovyklos virtuvėje skirtingoms produktų grupėms, ir paženklinu inventorių (arba patikrinu, ar paženklintas) pagal produktus.
- Bent dieną dirbu stovyklos virtuvėje (50 < žmonių), sėkmingai padedu įgyvendinti virtuvės vadovo numatytą stovyklos meniu.
- Sudarau savaitės meniu sau, atsižvelgdama(s) į sveikos mitybos principus, mitybos poreikius, alergijas, dienos veiklos aktyvumą. Suskaičiuoju asmeninio meniu kainą, sudarau pirkinių sąrašą ir tai įgyvendinu.
- Pagal pakuotės ženkliniimą atskiriu, ar pakuotė perdirbama arba pagaminta iš perdirbtų medžiagų.
- Pamokau to dar nemokančius skautus taisyklingai rūšiuoti atliekas.

6 lygmuo



- Sužinau dviejų dienų stovyklos/žygio intensyvumą ir sudarau meniu 25-50 žmonių, atsižvelgdama(s) į mitybos normas ir mitybos poreikius (alergijos, vegetariška, veganiška mityba), apskaičiuoju maisto kiekius ir numatau, kokios bus išlaidos maistui.
- Su skiltimi įgyvendinu savo parengtą stovyklos/žygio meniu (aukščiau) - superku maistą, jį parengiu transportavimui ir laikymui, gaminu pagal numatytą receptūrą. Perku tik tiek, kiek numatyta išankstiniame sąraše, įvertinu, kiek ir kokių produktų pavyks suvartoti, ar yra sąlygos juos tinkamai laikyti. Pirkdama(s) nepamirštu 9 skautų priesako - skautas taupus.
- Įrengiu virtuvę, reikalingą dviejų dienų stovyklai, atitinkančią higienos normas, - maisto rengimo paviršiai, inventorių, higienos priemonės, prieiga prie vandens.
- Pamokau to dar nemokančią skautą pagaminti bent vieną primityviosios virtuvės patiekalą.
- Bent jau savaitę gyvenu, laikydamasis "nulis atliekų" principų, paskui įvertinu, kokių ilgai yrančių, vienkartinio panaudojimo produktų galėčiau atsakyti, kaip galėčiau mažinti bereikalingą vartojimą.



Virtuvės įgūdis



Pasiekiau lygmenį, kai:

- Parodžiau vienetui savo pasiekimus...
- ...aptariau juos su vieneto skautais...
- ...ir su vadovu.

7 lygmuo



- Susipažinęs (susipažinusi) su pagrindinėmis konservavimo rūšimis (fizinis, biocheminis, cheminis), išbandau vieną iš konservavimo būdų namų sąlygomis (džiovinimas, raugimas, marinavimas, konservavimas druska, pūdymas...) ir pademonstruoju jį jaunesniems skautams.
- Susipažįstu su įvairiais matavimo vienetais, vartojamais virtuvėje, ir atrandau savo būdą, kaip žaismingai juos atsiminti.
- Sudarau meniu, reikalingą dviejų dienų stovyklai (100 < žmonių), atsižvelgdama(s) į specialius mitybos poreikius (alergijos, vegetariška, veganiška mityba ir pan.). Produktus superku, laikydamasi(s) atsakingo vartojimo principų.
- Pamokau jaunesnius skautus praktiškai pritaikyti "nulis atliekų" principus ruošiantis stovyklai ar žygiui.
- Išmokstu ir išmokau jaunesnius skautus kitame vienete, organizacijoje naudojamos dainos ar maldelės prieš valgį.
- Dviejų dienų stovyklos virtuvėje (100 < žmonių) apsiimu lyderio - virtuvės šefo pareigas, kuriose sudarau komandą, pasirūpinu gaminimo įrankiais, paskirstau darbus, išskiriu laiko visų poilsiui ir pasirūpinu, jog visi virtuvės nariai būtų susipažinę su skautiškos virtuvės ypatumais, savo atsakomybėmis.

8 lygmuo



- Įvertinu, ar kitų skautų įrengta virtuvė atitinka maisto ruošos higienos normas, suteikiu grįžtamąjį ryšį ir rekomendacijas.
- Padedu kitiems skautams parengti žygio ar stovyklos meniu, suteikiu grįžtamąjį ryšį ir rekomendacijas.
- Savaitės trukmės stovyklos virtuvėje (100 < žmonių) apsiimu lyderio - virtuvės šefo pareigas, kuriose sudarau komandą, pasirūpinu gaminimo įrankiais, paskirstau darbus, išskiriu laiko visų poilsiui ir pasirūpinu, jog visi virtuvės nariai būtų susipažinę su skautiškos virtuvės ypatumais, savo atsakomybėmis.
- Pasisemiu patirties tarptautinio skautiško kolektyvo virtuvėje (rekomenduojama pasavaniauti užsienio skautiškame renginyje, tačiau nesant galimybei, pasikviesti į virtuvę skautų draugą iš užsienio ir kartu suplanuoti virtuvės meniu ir dalinantis patirtimis jį įgyvendinti).
- Baigiu išorinius su mityba, maisto produktais ar maisto gamyba susijusius mokymus.
- Tunto, krašto arba Lietuvos skautijos mastu pravedu mokymus, susijusius su virtuvės įgūdžiu arba darbu skautiškoje virtuvėje.