



*Державний навчальний заклад
«Дніпрорудненський професійний ліцей»*



*«Використання кейс-методу
під час викладання спецдисциплін»*



*Підготувала: викладач спецдисциплін
з професії «Кухар; Кондитер»*

Кононенко Аліна Анатоліївна



Вперше термін „кейс-стаді” було використано на початку ХХ століття.

Як метод case-study було вперше застосовано в навчальному процесі Гарвардської школи бізнесу у 1921 році.

Саме в Гарварді було розроблено перші кейсові ситуації для навчання студентів бізнес-дисциплін.





Умови кейс-методу:

- *По-перше, кейси повинні бути правдивими, реалістичними, однак, в той же час, не обтяженими деталями, бути за тематикою зв'язаними з матеріалом, що вивчається.*
- *По-друге, ситуаційні вправи пропонують розгляд феноменів, з якими, як правило, стикаються робітники в конкретних умовах.*



- *Третє, кейси загострюють інтерес учнів до питань, з якими ті стикаються, підкреслюють їх значущість та необхідність вирішення. Кейси також пропонують шляхи реакції та вдосконалюють майстерність учнів у вирішенні проблем.*
- *Четверте, кейси вдосконалюють практичні навички; спрямовують на пошук відповідних шляхів, можливих реакцій на різноманітні ситуації, використання специфічних інструментів та понять.*

Проект

“Здорова кухня”





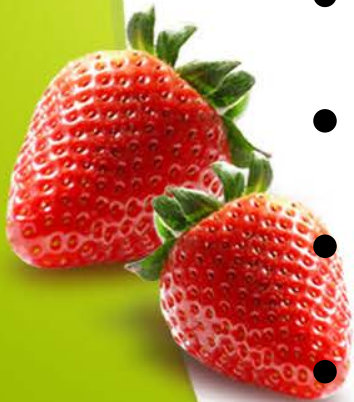
Мета проекту:

- *Розкрити можливості та перспективи майбутніх робітників за професією “Кухар; Кондитер” щодо пропаганди культури здорового харчування та здорового способу життя*

Задачі:



- Проаналізувати стан здоров'я різних верств населення України.
- Розглянути фізіологічні та медичні показники норм калорійності харчування для різних за віком груп людей.
- Дослідити та обґрунтувати, яка національна кухня вважається найбільш корисною та здоровою.
- Вивчити технологію приготування страв, які забезпечують здорове харчування.
- Розробити декілька варіантів раціону здорового харчування для різних за віком груп людей.
- Дослідити, переваги та недоліки вегетаріанства для здоров'я людини.
- Розробити бізнес-план малого підприємства «Здорова кухня».





1 Урок

Хід уроку:

- Уявлення кейсу
- На другому етапі відбувається формулювання змісту кейсу.
- Організація групової роботи. Обговорення фактів про стан здоров'я молоді України



1 група

назва підприємства

“Здорове майбутнє”

Учасники:

Ємець Анастасія

Кізілова Анжеліка

Кононенко Сергій

Коробкова Емма

Коротун Анастасія

Котко Валерія



2 група

назва підприємства

“Здорова нація”



Учасники:

*Місюра Інна
Кравченко Яна
Межовікін Ярослав
Медведєва Ксенія
Орлов Георгій
Петрова Ганна*

3 група

назва підприємства

“Правильне харчування”



Учасники:

Вієнко Наталья
Галушкіна Віка
Гілева Олександр
Давиденко Дар'я
Денєга Леонід
Звєгінцева Юлія

4 група

назва підприємства

“Їжа для здорового життя”



Учасники:

Невида Ірина

Самофал Анастасія

Селюк Анастасія

Спічка Андрій

Питаренко Ірина

Шевченко Аліна



Картка завдання №1

- *Стан здоров'я дітей та підлітків відноситься до важливих медико-соціальних проблем, тому що від нього залежить майбутнє держави, її трудовий та інтелектуальний потенціал. Статистичні дані свідчать про зростання за останні 10 років захворювань серед дітей України на 20%, поширеність хронічних захворювань в 2,87 рази, на 22,9% збільшився контингент дітей-інвалідів. Найбільш поширеними є хвороби ендокринної системи (збільшення в 3,5 рази), хвороби крові та кровотворних органів (в 2,8 рази), хвороби системи кровообігу (в 1,8 рази), вроджені вади розвитку зросли на 77,6%, хвороби нервової системи – на 43,4%. Залишається високою загальна захворюваність дітей.*





Картка-завдання №2

Аналіз захворювань учнівської молоді вказує на її зростання з кожним роком навчання: у дитячих дошкільних закладах 70% дітей мають порушення опорно-рухової системи і вже до першого класу приходить 44% дітей, що мають хронічні захворювання. Слід відмітити, що серед патологій перші місця займають захворювання носоглотки (73 %), захворювання органів травлення (64,5 %), хвороби ендокринної системи (55 %). Зростає загальна дитяча інвалідність. Серед випускників загальноосвітніх закладів, згідно із статистичними даними: 60% мають порушення постави, 50% - короткозорість, 40% порушення серцево-судинної системи та нервово-психічного відхилення, 60% порушення мови. Кожен 4 юнак за станом здоров'я не може проходити строкову службу в армії. Більш як половина дітей 12 – 14 років – 62% та більше як 72% молоді 15-20 років вживають алкоголь.



Картка завдання №3

- Кожна третя дитина 12 – 14 років і кожна друга після 15 років – курять. Кожний п'ятий підліток 15 – 18 років вживає наркотики. У віці 15 – 18 років 90,9% всіх вагітностей закінчилися абортom. Це набагато перевищує показник західноєвропейських країн. Медичне обстеження сексуально активних підлітків в одному з промислових регіонів підтверджує наявність ознак хвороб, що передаються статевим шляхом у 24% обстежених. Соціологічним факультетом Харківського національного університету ім. Каразіна (2002 р.) зроблено комплексне опитування учнів 7-11 класів м. Харкова. Виявилось, що серед опитаних: 37% курять; 60% вживають алкоголь; 40% спробували наркотики; 14% їх постійно вживають.*



Картка завдання №4

- Привертають до себе увагу такі поширені відхилення в стані здоров'я, як деформації хребта, грудної клітини та порушення постави, які становлять близько 34%. Понад 38% дітей мали неврологічну симптоматику, які виявляються більше всього у підлітків старших класів. Велика кількість дітей мають потребу консультації психологів і лікарів.*
- Тим часом відомо, що лише 7-10 % дітей займаються спортом, а 43% дітей займаються фізкультурою тільки на уроках фізичного виховання.*
- Проведені дослідження у 2003 р. засвідчили, що у більшості обстежених дітей мали місце прояви хронічної інтоксикації у вигляді скарг на підвищену втомлюваність у 55%, емоційна лабільність у 11%, неспокійний сон у 14%, підвищена пітливість у 30 %, головний біль у 55%, артралгії у 22%, міальгії у 26%.*



Питання для висновку

- 1. Як ви вважаєте про яку проблему свідчать ці факти?*
- 2. Що є причиною такого положення?*





Завдання для груп:



1 група: Що таке здорове харчування?

2 група: Яка національна кухня вважається самою корисною для нашого здоров'я?

3 група: Як визначити та розрахувати раціон для різних категорій населення

4 група: Вегетаріанство: користь та шкода. Що таке бізнес-план?





2 Урок



Хід уроку:

- *Кожна група презентує знайдений матеріал;*
- *Організація дискусії за питанням:*
- *Кожна група підготувала та проаналізувала досить цікаву та корисну інформацію.*





Здорове харчування

- Уважно стежте за калорійністю продуктів і масою тіла.*
- Обмежуйте отримання енергії з жирів.*
- Прагніть до збільшення частки фруктів, овочів, цільних зерен, бобів і горіхів в щоденному раціоні.*
- Обмежуйте вживання простих вуглеводів (цукру, меду, солодких газованих напоїв) - не більше 30-40 г на добу.*
- Намагайтесь забезпечити організм вітамінами*
- Їжте тільки тоді, коли ви голодні.*
- Їжте тільки тоді, коли ви спокійні і розслаблені.*

Середземноморська
КУХНЯ





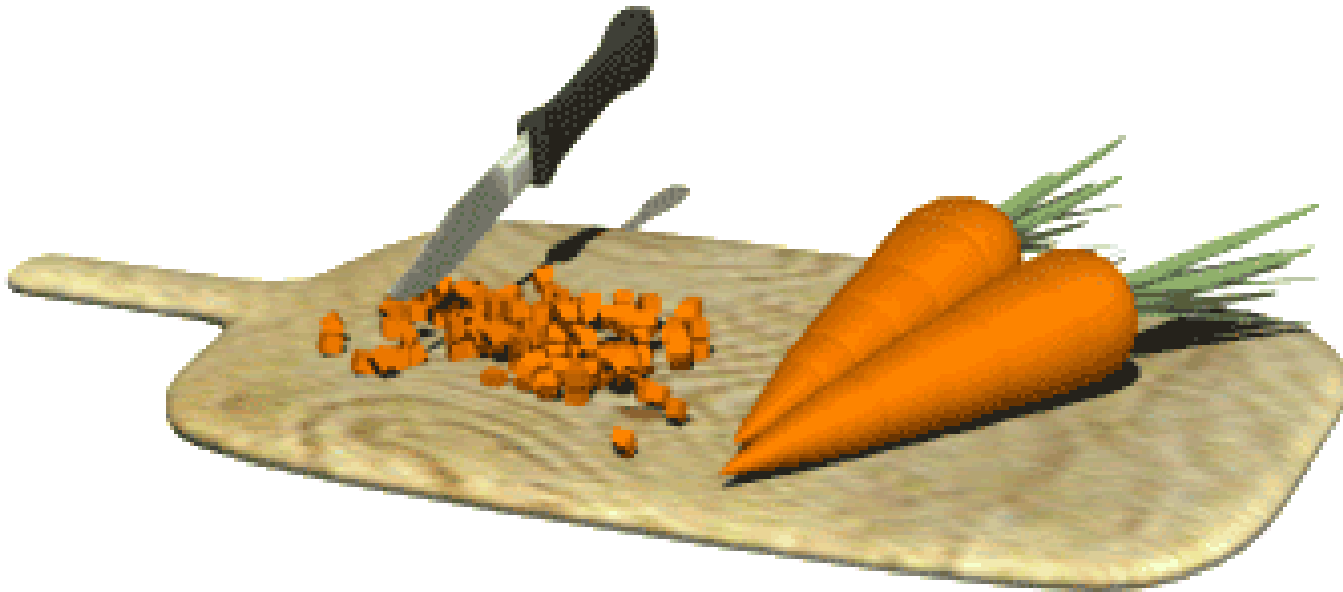
*Як визначити та
розрахувати раціон для
різних верств населення*

Таблиця 1 – Рекомендована потреба в енергії дорослого працездатного населення відповідно до груп інтенсивності праці (фізичної активності)

Група інтенсивності праці (фізичної активності)	Вікова група, років	Чоловіки, ккал	Жінки, ккал
I	18 - 29	2450	2000
	30 - 39	2300	1900
II	40 - 59	2100	1800
	18 - 29	2800	2200
III	30 - 39	2850	2150
	40 - 59	2500	2100
IV	18 - 29	3300	2600
	30 - 39	3150	2550
	40 - 59	2950	2550
V	18 - 29	3900	3050
	30 - 39	3700	2950
	40 - 59	3500	2850



Вегітаріанство – користь та шкода





Що таке бізнес план





Бізнес - план

- *інвестиції на оренду приміщення-2000 грн.*
- *інвестиції в обладнання (стелажі, касовий апарат, ваги, піч електричну, духовку, посуд.)-10000 грн.*
- *інвестиції на реєстрацію бізнесу-1000 грн.*
- *інвестиції в оборотні кошти-8000 грн.*
- ***разом необхідно інвестицій-9000 грн.***
- *ціна 1 продажу (середній розмір чека)-20 грн.*
- *об'єм продажу-500 покупців на місяць*
- ***доходи від продажів (на місяць)-10000 грн.***
- *змінні витрати (штрафи)-500 грн.*
- *постійні витрати (закупівля продуктів, зарплата персоналу, комунальні платежі.)-3500грн.*
- ***витрати разом (в місяць)-4000 грн.***
- *щомісячний прибуток-6000 грн.*
- *податкові виплати-1200 грн.*
- ***чистий прибуток в місяць-4800 грн.***
- *середній термін окупності проекту -12 місяців.*



Завдання для груп:



1 група: розробити бізнес-план та створити тижнєве меню для людей, які займаються бізнесом;

2 група: розробити бізнес-план та створити тижнєве меню для людей похилого віку;



3 Група: розробити бізнес-план та створити тижнєве меню для молоді;

4 група: розробити бізнес-план та створити тижнєве меню для робітників промисловості





3 Урок

- Захист проектів
бізнес – планів
малого
підприємства
“Здорова
кухня”





Меню для бізнесменів

- *3 категорія віком 18-29 років, для чоловіка*
- *Рекомендована потреба в енергії – 3300 ккал на добу*



Меню для бізнесменів

Сніданок:

- Яєчня з трьох яєць і тонкі скибочки бекону.
- Яєчню можна замінити салатом з нежирної курячої ковбаси з трьома яйцями і двома свіжими огірками.
- Салат заправляється сметаною. Все ж сметану краще використовувати нежирну - 15%.
- Зелений або чорний чай, вранці можна випити чашку кави з молоком, вершків краще уникати.
- З чаєм можна з'їсти тост з варенням або медом або бутерброд з чорного хліба з маслом і червоною ікрою або слабосоленої сьомгою.



- **Обід.** *На перше можна будь-який овочевий бульйон, зварений з м'ясом, можна курячий суп-лоқшину. На друге- пюре з двома сосисками або шматком відвареного м'яса, найкраще курячого філе - 200 г. Чай з тостом або бутербродом.*
- **Вечеря.** *На вечерю можна з'їсти тушковану капусту з м'ясом або овочеve рагу. Це все можна замінити трьома млинцями з м'ясом.*



Меню для людини похилого віку, педагога

- *1 категорія віком 40-59 років, для жінки*
- *Рекомендована потреба в енергії – 1800 ккал на добу*



Сніданки



- (для меню кожен день виберіть один із запропонованих варіантів):
- 300 г фруктів і 50 г хліба грубого помелу;
- 300 г ягід і 100 г вівсянки або будь-якої іншої каші в готовому вигляді;
- Омлет з 2 яєць з овочами крім моркви і баклажанів, овочі беремо в кількості не більше 300 г;
- 200 г сиру і 100-300 г ягід, які з ним поєднуються.





Обіди:

- Суп на овочевому бульйоні з овочами, 300 г будь-якої каші на воді, овочевий салат ;
- Суп на овочевому бульйоні, 60 г хліба з борошна грубого помелу, вінегрет з картоплею та олією;
- Суп на м'ясному бульйоні без картоплі, 300 г броколі;
- Риба або курка, приготована на пару, 200-300 г, 200-300 г овочів типу капусти, приготованих також на пару.





Вечері:

- *300 г риби, курячих грудок, яловичини або креветок, 300 г капусти, кабачків, стручкової квасолі на пару, з пряними травами і морською сіллю;*
- *200 г знежиреного сиру, салат з огірків і зелені, 300 р;*
- *300 мл легкого овочевого супу;*
- *300 г будь-якої каші на воді (якщо на обід ви не їли хліб і гарнір).*



Меню для молоді

- *1 категорія віком 18-29 років, для жінки*
- *Рекомендована потреба в енергії – 2000 ккал на добу*



Сніданок:

190-200 г вівсяної кашки з молоком 1,5% жирності, рідкий мед, 1 запечене стигле яблуко з порошком кориці, 20 грамів товчених волоських, або інших горіхів.

Протягом дня допустима кáva, в тому числі капучіно, чай (краще зелений).

- Другий сніданок: банан, один стакан кефір чи нежирної ряжанки.*
- Обід: м'ясний борщ, пюре картопляне, парена куряча або рибна котлетка.*
- Полудник: 20-25 грамів чорного шоколаду, чай — зелений або бірюзовий.*
- Вечеря: варена риба, фруктовий або овочевий салат з нежирним йогуртом або вершками.*





Меню для робітників

промисловості, шахтера

- *4 категорія віком 30-39 років, для чоловіка*
- *Рекомендована потреба в енергії – 3700 ккал на добу*



Сніданок.

- *На сніданок можна з'їсти відварну курячу грудку з гречаною кашею, можна гречку замінити будь-якою молочною кашею. Два варених яйця. Випити чашку чаю або кави з тостом або бутербродом з житнього хліба з маслом і тунцем. Тунець можна замінити твердими сортами сиру.*





Обід.

- *На обід обов'язково м'ясний суп. Сорти м'яса краще брати не занадто жирні, зупиняючись на яловичині або курячому філе. На другому тушкована картопля з м'ясом і шматочки курки, приготовані на пару. Курку можна замінити паровими котлетами або тефтелі. Овочевий салат, можна приготувати салат з додаванням яєць або сиру. Наприклад, взяти твердий сорт сиру, натерти на дрібній тертці, додати в нього два томата, зубчик часнику і заправити все нежирним низькокалорійним майонезом. Такий салат є ще й відмінним профілактичним засобом від простудних захворювань.*



Кейси допомагають у перенесенні навчального середовища з аудиторії на робочі місця. Особливо це можливо з огляду на те, що учні:

а) краще усвідомлюють власні пріоритети та цінності, які мають відношення до їх професійної діяльності;

б) вчать визначати класи більш чи менш типових ситуацій;

в) розвивають в собі ширші можливості для аналізу, оцінюють наслідки різних рішень.



#49766489



- *аналітичні навички (вміння відрізняти дані від інформації, класифікувати, виділяти суттєву та несуттєву інформацію, аналізувати, представляти та добувати їх; мислити чітко й логічно),*
- *практичні навички (формування на практиці навичок використання теорії, методів та принципів),*
- *творчі навички (генерація альтернативних рішень),*



- *комунікативні навички (вміння вести дискусію, переконувати, використовувати наочний матеріал та інші медіа-засоби, кооперуватися в групі, захищати власну точку зору, переконувати опонентів, скласти короткий та переконливий звіт),*
- *соціальні навички (оцінка поведінки людей, вміння слухати, підтримувати в дискусії чи аргументувати протилежні думки, контролювати себе тощо.*

