PATVIRTINTA

Vilniaus lietuvių namų direktoriaus

2018 m. vasario 20 d. įsakymu Nr. V1-27 (1.3)

(Vilniaus lietuvių namų direktoriaus

2020 m. vasario 7 d. įsakymo Nr. V1-24 (1.3),

Vilniaus lietuvių namų direktoriaus

2021 m. gruodžio 30 d. įsakymo Nr. V1-174 (1.3)

Vilniaus lietuvių namų direktoriaus

2025 m. birželio 25 d. įsakymo Nr. V1-89 (1.3)

redakcija)

**VILNIAUS LIETUVIŲ NAMŲ PROJEKTAS „MAN SKANU KAI PATS GAMINU“**

**I SKYRIUS**

**PROJEKTO PAGRINDIMAS**

Maisto kultūra – yra svarbi etninės kultūros dalis. Iš kartos į kartą perduodama protėvių patirtis, jų įgūdžiai, atkuriamos istoriškai susiformavusios tradicijos. Lietuvoje šeimos šventės yra nuo seno puoselėjamos ir artimai siejasi su tradiciniais valgiais. Susikūrus šeiminio gyvenimo ir maisto gaminimo tradicijoms, jos perduodamos iš kartos į kartą kaip svarbiausia giminės jungtis. Ypač svarbu teisingą savosios kultūros suvokimą įdiegti jaunimui, nes, kaip yra pabrėžęs lietuvių išeivijos rašytojas Kazys Almenas: „Jeigu jaunimui lietuvių kultūra nebus įdomi, tai jos laikas suskaičiuotas. Jaunimas turi perimti lietuvių kultūros vertybes kitų tautų apsuptyje. Jei to nepadaro, mūsų kultūra išeina iš apyvartos, mes einame į muziejų."

Maisto tradicijos labai skiriasi visame pasaulyje. Pavyzdžiui: prieš didžiąsias šventes, kiekvienas pamaldus žmogus maitinasi kitaip nei iki tol. Katalikybėje – Gavėnios metas, Islamo tikėjime – Ramadanas. Kalbant apie tikėjimo šventes – maisto kultūra vaidina labai svarbų vaidmenį. Net tarp žmonių, kurie gyvena panašioje kultūrinėje aplinkoje, kurie laikosi tų pačių mitybos įpročių, maisto kultūra ne visuomet sutampa. Daugelyje pasaulio šalių, maistas susijęs su svetingumu ir yra draugystės išraiška. Todėl, maisto kultūros taisyklių ir papročių žinojimas yra svarbus kuriant ir stiprinant tarpkultūrinius santykius.

Maistas ir valgymas yra daug daugiau nei tik alkio numalšinimas. Geras elgesys ir etiketo žinojimas mums gali pagelbėti bendraujant su žmonėmis. Apie kultūringumą Georgas Kristofas Lichtenbergas yra pasakęs:„Pamirštu bemaž viską, ką perskaitau, lygiai kaip tai, ką suvalgau; bet vis dėlto žinau, kad ir viena, ir kita padeda palaikyti mano dvasią ir mano kūną.“

Ne visi vaikai, prieš atvykdami į šią mokyklą, turėjo galimybę išmokti gaminti valgius namuose, o taip dažnai norėtųsi pagaminti savo rankomis, savo virtuvėje, iš vietinių šviežių produktų. Kartu su draugais pažinti ir puoselėti lietuviškas tradicijas, tobulinti savo įgūdžius, ar tiesiog susipažinti su pasaulio virtuve, sužinoti naujų receptų.

Vilniaus lietuvių namuose (toliau-gimnazija), kaip ir šeimoje virtuvė yra vieta, kurioje ne tik virs maistas, bet ir diskusijos. Prie padengto stalo susiburs grupė mokinių ne tik mėgautis maistu, bet ir aptarti dienos įvykių.

Kaip jau minėta anksčiau, viską reikia pradėti nuo mažų dienų**. Ne pamokslai, o praktiški užsiėmimai skatina vaikus domėtis mityba ir tradicijomis.**

**II SKYRIUS**

**PROJEKTO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

1. Vilniaus lietuvių namų projekto tikslas – suteikti bendrabutyje gyvenantiems mokiniams žinių apie maisto gaminimą ir valgymo kultūrą, kas padeda vaikui ugdytis socialinius, komunikacinius, pažintinius, meninius ir, žinoma, sveikos gyvensenos gebėjimus. Susipažinti su lietuvių ir kitų tautų patiekalų gaminimo papročiais, tradicijomis ir patiekalais.

2. Projekto uždaviniai:

2.1. suteikti pradinius maisto ruošimo įgūdžius,padėti pažinti ir puoselėti lietuviškas maisto gaminimo tradicijas namuose ir gamtoje (kepimas laužo kaitra, ant grotelių);

2.2. supažindinti vaikus su maisto produktų įvairove, jų naudingomis savybėmis ir svarba žmogaus gyvenime;

2.3. skatinti mokinių kūrybiškumą, ugdyti estetinį – meninį skonį, etiketo, serviravimo supratimą;

2.4. susipažinti su kitų šalių maisto gaminimo kultūra, su nacionalinėmis virtuvėmis.

**III SKYRIUS**

**PROJEKTO DALYVIAI**

3. Vilniaus lietuvių namų 5–8, išlyginamosios ir I–IV gimnazijos klasių mokiniai gyvenantys bendrabutyje.

**IV SKYRIUS**

**NUMATOMI VEIKLOS REZULTATAI**

4. Numatomi rezultatai:

4.1. mokiniai susipažins su maisto produktų įvairove, jų naudingomis savybėmis ir svarba žmogaus gyvenime;

4.2. išmoks pradinius maisto ruošimo įgūdžius, geriau pažins lietuviškas maisto gaminimo tradicijas namuose ir gamtoje (kepimas laužo kaitra, ant grotelių);

4.3. mokiniai ugdysis kūrybiškumą, estetinį – meninį skonį, etiketo, serviravimo supratimą;

4.4. susipažins su kitų šalių maisto gaminimo kultūra, su nacionalinėmis virtuvėmis.

**V SKYRIUS**

**PROJEKTO ORGANIZATORIAI**

5. Projekto organizatoriai: auklėtojai bendrabutyje: Viktorija Barkauskienė, Zita Damauskienė, Nijolė Kuliavienė, Jolanta Prikšaitienė, Laimutė Raišelytė ir Pavelas Taraškevičius

**VI SKYRIUS**

**PROJEKTO TRUKMĖ IR ETAPAI**

6. Projekto trukmė 8 metai.

Projektas bus vykdomas keliais etapais:

**I etapas**

Projekto tęstinumo planavimas, 2021–2024 metais.

Projekto veiklų vykdymas 2020 m. sausis–2024 m. gruodis.

Projekto vykdymo tarpinė kontrolė, vertinimas, koreguojančių veiksnių nustatymas bei nepalankių veiksnių šalinimas kiekvienų metų birželis.

Projekto 3 metų veiklos rezultatų analizė ir vertinimas, ataskaitos parengimas 2024 m. gruodis. Tolesnės projekto perspektyvos numatymas.

**II etapas**

Projekto tęstinumo planavimas, 2025–2028 metais.

Projekto veiklų vykdymas 2025 m. sausis–2028 m. gruodis.

Projekto vykdymo tarpinė kontrolė, vertinimas, koreguojančių veiksnių nustatymas bei nepalankių veiksnių šalinimas kiekvienų metų birželis.

Projekto 3 metų veiklos rezultatų analizė ir vertinimas, ataskaitos parengimas 2028 m. gruodis. Tolesnės projekto perspektyvos numatymas.

**VII SKYRIUS**

**PROJEKTO PRIEMONIŲ PLANAS**

**2021 m. sausis**–**2024 m. gruodis**

| Veikla | Vykdymo laikotarpis | Vykdytojo vardas ir pavardė |
| --- | --- | --- |
| Projekto parengimas | 2021 m. vasaris | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Duonos kepimo pamokos. Tradicijų perdavimas, 5–8, I–IV G klasės. Edukacinė pamoka „Duonelė kasdieninė“, Arklio muziejuje, Anykščių raj. | 2021–2024 m. vasaris | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Užgavėnių valgiai. Pokalbis apie Užgavėnių valgius. Spurgų kepimas Užgavėnių šventei. Užgavėnių šventimas: vaišinimasis spurgomis, blynais, 5–8, I–IV G klasės | 2021–2024 m. vasaris | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Margučių marginimas:  - kiaušinių paruošimas marginimui, 5–8 ir I–II G klasės,  - omleto kepimas, 5–8 klasės,  - aguonų pyrago kepimas, išlyginamoji ir I G klasės,  - aišinamės ir aptariame margučių marginimo technikas, 5–8, išlyginamoji ir I–II G klasės,  - margučių marginimo popietė su tautodailininke, 5-8, išlyginamoji ir I–IV G klasės | 2021–2024 m. kovas–balandis | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Šv. Velykų valgiai ir tradicijos, virtuvės ypatumai., I–IV G ir išlyginamoji klasės.  „Velykų boba“ | 2021–2024 m balandis, | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Sveikuolių saldumynai. Sveiko maisto produktų nauda organizmui – švietėjiška medžiaga ir saldumynų gaminimas.  „Džiovintų vaisių saldainiukai“ | 2021–2024 m gegužė | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Mokslo metų uždarymo šventė. Iškyla gimnazijos kieme. Kepame dešreles. | 2021–2024 m.  gegužė | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Pokalbis kuo ypatingas bulviakasis lietuviui. Bulvių kelionės į Europą istoriją.  Tradicinis Aukštaitijos patiekalas „Bulvių blynai su padažu“ | 2021–2024 m.  rugsėjis | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Gimnazijos gimtadienis. Iškyla „Kepame dešreles ir vaišinamės“ bendrabučio kieme.  Mokytojo diena. Kepame tortą „Devynlapis“. Sveikiname ir vaišiname mokytojus, I–II G klasės | 2021–2024 m spalis | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| „Pyragų diena“. Kepame klasikinį obuolių pyragą. Vaišindamiesi pyragu išsiaiškiname „Pyragų dienos“ ištakas, 5–8 ir I–II G klasės | 2021-2024 m lapkritis | Nijolė Kuliavienė, Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Advento valgiai. Tradicijos ir kasdienybė. Mokiniai sužinos apie aukštaičių advento patiekalų ypatumus ir jų produktų pasirinkimo priežastis, mokysis patiekti šiuos patiekalus:  - džiovintų baravykų ir raugintų kopūstų sriuba – advento kasdienybės valgis.  - silkių suktinukais su grybais ir karštomis bulvytėmis. | 2021-2024 m. gruodis | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius Nijolė Kuliavienė |

**2025 m. sausis**–**2028 m. gruodis**

| Veikla | Vykdymo laikotarpis | Vykdytojo vardas ir pavardė |
| --- | --- | --- |
| Projekto parengimas | 2025 m. birželis | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius |
| Duonos kepimo pamokos. Tradicijų perdavimas, 5–8, I–IV G klasės. Edukacinė pamoka „Duonelė kasdieninė“, Arklio muziejuje, Anykščių raj.  Popietės bendrabutyje:  Močiutės pyragas, išlyginamoji a ir b klasės,  Karšti sumuštiniai, 5–8 klasės | 2025–2028 m. vasaris | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius  Viktorija Barkauskienė, Jolanta Prikšaitienė |
| Užgavėnių valgiai. Pokalbis apie Užgavėnių valgius. Spurgų kepimas Užgavėnių šventei. Užgavėnių šventimas: vaišinimasis spurgomis, blynais, 5–8, I–IV G klasės.  Popietė „Čirviniai blynai“, IV G klasės | 2025–2028 m. vasaris | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius  Nijolė Kuliavienė |
| Margučių marginimas:  - kiaušinių paruošimas marginimui, 5–8 ir I–II G klasės,  - omleto kepimas, 5–8 klasės,  - aguonų pyrago kepimas, išlyginamoji ir I G klasės,  - aišinamės ir aptariame margučių marginimo technikas, 5–8, išlyginamoji ir I–II G klasės,  - margučių marginimo popietė, 5-8, išlyginamoji ir I–IV G klasės | 2025–2028 m. kovas–balandis | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius  Nijolė Kuliavienė,  Jolanta Prikšaitienė,  Zita Damauskienė |
| Šv. Velykų valgiai ir tradicijos, virtuvės ypatumai, I–IV G ir išlyginamoji klasės.  „Velykų boba“, II G klasės.  Šventinis Šv. Velykų stalas | 2025–2028 m balandis | Jolanta Prikšaitienė, Laimutė Raišelytė,  Zita Damauskienė,  Pavelas Taraškevičius |
| Sveikuolių saldumynai. Sveiko maisto produktų nauda organizmui – švietėjiška medžiaga ir saldumynų gaminimas.  „Džiovintų vaisių saldainiukai“  Pyragas „Sveikasis tinginys“, 5–8 klasės | 2025–2028 m gegužė | Laimutė Raišelytė,  Jolanta Prikšaitienė |
| Mokslo metų uždarymo šventė. Iškyla gimnazijos kieme. Kepame dešreles.  Pieno kokteilių ir želė torto gamyba, IV G klasės. | 2025–2028 m.  gegužė | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius  Nijolė Kuliavienė |
| Pokalbis kuo ypatingas bulviakasis lietuviui. Bulvių kelionės į Europą istoriją.  Tradicinis Aukštaitijos patiekalas „Bulvių blynai su padažu“ | 2025–2028 m.  rugsėjis | Laimutė Raišelytė |
| Gimnazijos gimtadienis. Iškyla „Kepame dešreles ir vaišinamės“ bendrabučio kieme.  Rudens gėrybės keliauja į pyragus:  Naminiai sausainiai su obuoliais, IV G klasės.  Kepiniai iš obuolių II G klasės | 2025–2028 m balandis  spalis | Laimutė Raišelytė,  Pavelas Taraškevičius,  Nijolė Kuliavienė,  Zita Damauskienė |
| „Pyragų diena“. Kepame klasikinį obuolių pyragą. Vaišindamiesi pyragu išsiaiškiname „Pyragų dienos“ ištakas, 5–8 ir I–II G klasės  „Sviestinis obuolių pyragas“, 1–8 klasės | 2025–2028 m lapkritis | Laimutė Raišelytė,    Jolanta Prikšaitienė |
| Advento valgiai. Tradicijos ir kasdienybė. Mokiniai sužinos apie aukštaičių advento patiekalų ypatumus ir jų produktų pasirinkimo priežastis, mokysis patiekti šiuos patiekalus:  - džiovintų baravykų ir raugintų kopūstų sriuba – advento kasdienybės valgis,  - pyragėliai su grybais,  - Kalėdiniai sausainiai, II G klasės | 2025–2028 m. gruodis | Nijolė Kuliavienė,  Zita Damauskienė |

**Pastaba**. Priemonių planas patikslinamas kiekvienais metais.