



Volwassenenonderwijs

Onderwijssecretariaat van de
Steden en Gemeenten van de
Vlaamse Gemeenschap v.z.w.

Leerplan Lineaire opleiding

Vak	<i>Koken</i>
Niveau	<i>1ste leerjaar</i>
	<i>2de leerjaar</i>
	<i>3de leerjaar</i>
Onderwijsvorm	<i>BSO 2 (voorheen LSBL)</i>

bestelnummer: **O/3/2000/41**

LEERPLAN voor de LAGER SECUNDAIRE BEROEPSLEERGANGEN

AFDELING	KOKEN
-----------------	--------------

LESSENTABEL			
Vak	1ste leerjaar	2de leerjaar	3de leerjaar
TV Koken	1	1	1
PV Koken	3	3	3
Totaal	4u/week	4u/week	4u/week

In het leerplan wordt het onderscheid tussen TV en PV niet gemaakt. De doelstellingen die kennis en inzicht nastreven worden verwerkt tijdens het theoretisch gedeelte van de lessen. De vaardigheden worden verworven tijdens de PV -lessen.

1 TEN GELEIDE

In de lessentabel is een opdeling gemaakt in TV en PV maar de eigenheid van het huishoudelijk onderwijs vraagt dat theorie en praktijk van alle leerstofonderdelen geïntegreerd worden aangebracht. Het is dan ook wenselijk dat de 4 lessen door eenzelfde leerkracht worden gegeven. In elk geval is voortdurende coördinatie en overleg noodzakelijk.

2 BEGINSITUATIE

In het eerste leerjaar Koken LSBL vindt men cursisten met:

- een grote verscheidenheid van leerniveau (zowel geschoolde als niet geschoolde cursisten);
- een groot verschil in leeftijd;
- een zeer uiteenlopende sociale achtergrond.

3 ALGEMENE DOELSTELLINGEN

- Kunnen verwoorden wat men verstaat onder een evenwichtige, gezonde maaltijd, middagmaal, avondmaal, tussendoortje.
- Een menu kunnen samenstellen, rekening houdend met de principes van gezonde voeding. Zin ontwikkelen voor de creatieve afwerking van de gerechten.
- Weten waarom bepaalde groenten, bij een bepaald jaargetijde thuishoren.
- Een prijsraming kunnen maken.
- De recepten kunnen lezen en interpreteren.
- De volgorde van de onderdelen van een menu kunnen hanteren, bijvoorbeeld koud voorgerecht, soep, warm voorgerecht, ...
- Voor diverse menu's een verantwoorde werkvolgorde kunnen opstellen.
- Het gebruik van de beschikbare materialen kunnen verantwoorden.

- Sociaal gericht zijn en in teamverband kunnen en willen werken.
- Aandacht hebben voor orde en netheid.
- Verantwoordelijkheidszin ontwikkelen door zelfstandig te werken.
- “Werk zien” en niet telkens op alles moeten gewezen worden.
- De te uit voeren bewerkingen onder controle kunnen houden met aandacht voor de eigen en andermans veiligheid.

4 ATTITUDES

- Objectief en kritisch ingesteld zijn.
- Openstaan voor nieuwe technieken.
- Ordelijk en nauwkeurig kunnen werken.
- Veilig, efficiënt en milieubewust kunnen werken.
- In groepsverband kunnen functioneren.

5 SPECIFIEKE DOELSTELLINGEN

De specifieke doelstellingen zijn onderverdeeld in basis- en uitbreidingsdoelstellingen.

De basisdoelstellingen (B) moeten door nagenoeg alle cursisten worden bereikt, de uitbreidingsdoelstellingen (U) kunnen aangewend worden als middel tot differentiatie.

6 ALGEMENE METHODOLOGISCHE WENKEN

De cursisten moeten ervaren dat ze heel wat meer aankunnen dan ze zelf vermoeden; men moet hen meer zelfvertrouwen geven door de doelstellingen aan te passen aan hun ontwikkelingsniveau, hun ervaringswereld en hun interessesfeer (inspelen op de beginsituatie).

Een specifieke didactische benadering moet daarbij aansluiten.

Zij moet vooral concreet en minder verbaal-abstract georiënteerd zijn en een vormingspatroon ontwikkelen dat afwijkt van de andere secundaire onderwijsvormen.

Een eigen inbreng leidt vanzelfsprekend tot een hogere graad van betrokkenheid en motivatie. De cursisten worden zo actief mogelijk betrokken bij het lesgebeuren.

Er kan worden gewerkt volgens de **5 fasen van het technologisch proces**.

- **Behoeftenanalyse** **Wat wordt er klaargemaakt en waarom?**
- **Oplossing zoeken** **Hoe zal men dit klaarmaken en wat heeft men nodig?**
- **Uitvoeren** **Uitvoering**
- **Evalueren** **Nagaan en beoordelen**
- **In gebruik nemen** **Opdienen**

De gerechten en de te verwerken grondstoffen worden door de leerkracht bepaald in overleg met de cursisten, rekening houdend met de voorschriften van het leerplan, de mogelijkheden en de interesse van de cursisten.

Aansluitend bij het profiel van de cursisten wordt de theorie steeds in functie van de praktijk behandeld.

7 STRUCTUUR EN INHOUD

KOKEN

1ste leerjaar

* TV Koken	1 u/week
* PV Koken	3 u/week

ALGEMENE VAKDOELSTELLINGEN

Op het einde van het eerste leerjaar kan de cursist :

- Een gerecht kiezen rekening houdend met de gelegenheid.
- Kooktechnieken toepassen voor diverse gerechten.
- Een recept bij een gerecht lezen en interpreteren.
- De aanschaf van ingrediënten verantwoorden.
- De uit te voeren bewerkingen onder controle houden, met aandacht voor de eigen en andermans veiligheid.

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
		1. Algemene Principes	
		- Werkmethode en klaspraktijk	
De principes van de maaltijdschijf kunnen verwoorden.	B	- De maaltijdschijf	
Recepten kunnen lezen en gebruiken.	B	- Recepten	
Prijsbewust menu's of gerechten kunnen samenstellen.	B	- Budget	
Inzien dat bepaalde gerechten thuishoren in een seizoen.	B	- Relatie met seizoenen	
		2. Water als bouwstof	
Verschillende voedingsmiddelen kunnen gaarmaken met water.	B	- Gaarmaken met water ° gezeefde groentensoep ° groentenschotel ° gekookte aardappelen ° gestoomde aardappelen	Voedingsmiddelentabel gebruiken.
		3. Minerale zouten als bouwstof in regulerende stof	
Het verschil tussen pudding en banketbakkersroom kennen.	B	- Banketbakkersroom	Het gebruik van de jarde toelichten.
Puddingen en banketbakkersroom kunnen klaarmaken.	B	- Pudding	
Vis kunnen stoven en koken.	B	- Vis ° gekookte visbereidingen ° gestoofde visbereidingen ° gestoomde visbereidingen	Het gebruik van de microgolfoven, het stoommandje en de braadpan toelichten.
De meest voorkomende groenten kunnen herkennen en benoemen en toepassen in bereidingen voor elke dag.	B	- Groenten ° juliennesoep ° maaltijdsoep ° groentensalade ° gekruide bereidingen	Het gebruik van de groentenplank, het snijmes, de hakmolen en de mandoline toelichten. Regelgeving i.v.m. gezondheid, veiligheid en milieu aanhalen. De groentensalade in combinatie met vruchten, kaas, noten, ... verwerken.

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
		4. Eiwitten als bouwstof	
Eieren op verschillende manieren kunnen verwerken.	B	- Het wit en het geel van een ei ° variaties met eierbereiding ° pannenkoeken	Het gebruik van het paletmes, de mixer en de pannenkoekmenger toelichten.
Een deeg kunnen maken en kloppen.	B	- Degen ° kookdeeg ° biscuitdeeg	Het gebruik van de keukenrobot toelichten.
Vlees kunnen bereiden.	B	- Vlees bereiden ° bakken ° vullen	De voorbereiding bij het bakken toelichten.
Het belang van het gebruik van eiwitten kennen en kunnen toepassen.	B	- Melk en vis als eiwitbronnen ° bakken van vis ° verwerken van melkproducten	De voorbereiding bij het bakken toelichten.
Een Vlaams streekgerecht kunnen bereiden.	U	- Vlaamse streekgerechten	Documentatie van Vlaamse streekgerechten gebruiken. Gerechten met onder meer fruit, groenten, vlees, vis, bier, kaas, ... klaar maken.
Een koffietafel kunnen verzorgen.	U	- Gastvrij ontvangen thuis ° koffievaryatie ° kleine koekjes en versnaperingen	Documentatie van verschillende koffietafels gebruiken
		5. Koolhydraten als energieleveranciers	
Afgeleide bereidingen van groenten en aardappelen kunnen maken.	B	- Pureren ° groentepuree ° aardappelpuree	Het gebruik van de stamper, de roerzeef en de spuitzak toelichten.
Deegwaren op verschillende manieren kunnen verwerken.	B	- Deegwaren ° koken van deegwaren ° variaties op pasta's	Documentatie van verschillende deegwaren gebruiken. Het gebruik van het vergiet toelichten.
Enkele hartige rijstschotels kunnen bereiden.	B	- Hartige rijstschotels	Documentatie van verschillende rijstsoorten gebruiken.
De methodes weten voor het bewaren met suiker en alcohol.	U	- Bewaarmiddelen ° suiker ° alcohol	
		6. Vetten als energieleveranciers	

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
Een gebak kunnen bereiden.	B	- Gebak	Verschillende bakvormen gebruiken. Variaties op diverse cakes dienen als basis voor deze lessen.
Het gebruik van gist kennen en gist in het deeg kunnen toepassen.	B	- Het deeg moet rijzen ° vast gegist deeg ° vloeibaar gegist deeg	Het kneden van deeg demonstreren.
Een bladerdeeg kunnen verwerken.	B	- Bladerdeeg	Het gebruik van de deegrol toelichten.
Gerechten kunnen frituren.	B	- Frituren ° aardappelen ° hartige kroketten	Het gebruik van de elektrische frituurpan toelichten en daarbij de veiligheidsregels bijzonder benadrukken.
Weten dat ook zonder toevoeging van vet iets lekkers kan bereid worden.	U	- Op de zuinige toer ° roosteren	Het gebruik van de grill toelichten.
		7. Vitaminen als regulerende stof	
Ijsdesserten kunnen klaarmaken.	B	- Ijsbereidingen ° ijs en vruchten ° flensjes met ijs en vruchten	Het gebruik van de ijsroomschepper toelichten.
		8. Wildgerechten	
De periode van het jachtseizoen kennen en enkele veel voorkomende wildsoorten kunnen opnoemen.	U		
		9. Schaal- en schelpdieren	
Schaal- en schelpdieren kunnen verwerken in een gerecht.	U	- Voorgerecht - Tussengerecht	Documentatie gebruiken.
		10. Kazen	
Kaas kunnen verwerken in een bereiding.	U	- Koken met kaas	

KOKEN

2de leerjaar

* TV Koken	1 u/week
* PV Koken	3 u/week

ALGEMENE VAKDOELSTELLINGEN

Op het einde van het tweede leerjaar kan de cursist :

- Een menu kiezen rekening houdend met de gelegenheid.
- Kooktechnieken toepassen voor diverse gerechten die bij het menu thuishoren.
- Een recepten van de gerechten van het menu lezen en interpreteren.
- De aanschaf van ingrediënten verantwoorden.
- Een werkvolgorde opmaken om het menu klaar te maken.
- De uit te voeren bewerkingen onder controle houden, met aandacht voor de eigen en andermans veiligheid.

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
		1. Kennismaking	
Een volledig aperitief kunnen samenstellen met zin voor creativiteit.	B	- Aperitief ° drank ° borrelhapjes	Borrelhapjes klaarmaken op basis van groenten. Het aperitiefbord creatief versieren.
Belegde broodjes kunnen maken.	B	- Belegde broodjes	
		2. Wild en gevogelte	
Een wild- en gevogeltemenu kunnen samenstellen en bereiden.	B	- Verwerken van wild en gevogelte	Uitvoerige documentatie van wild en gevogelte aanwenden.
		3. Schaal- en schelpdieren	
Schaal- en schelpdieren van elkaar kunnen onderscheiden en benoemen.	B	- Wat zijn schaal- en schelpdieren?	Documentatie gebruiken.
Schaal- en schelpdieren kunnen verwerken in een menu.	B	- Voorgerecht - Tussengerecht - Hoofdgerecht	
		4. Kazen	
Verschillende kaassoorten kennen.	B	- Soorten	Documentatie gebruiken.
Gepaste kazen kunnen gebruiken in gerechten.	B	- Koken met kaas	
		5. Sausen	
De ingrediënten van verschillende sausen kennen	B	- Benamingen	
Sausen kunnen bereiden.	B	- Roomsaus - Blanke botersaus - Béarnaisesaus, Dyonnaisesaus, ...	Het gebruik van de sauspan en de garde toelichten.
		6. Aardappelen anders bekeken	
Aardappelen op een feestelijke manier kunnen verwerken en presenteren.	B	- Peterselie-aardappelen - Aardappelen met Boursin - Gebakken aardappelschijfjes - Gratin, Dauphinois, ...	
		7. Kruiden	
Gepaste kruiden verwerken in gerechten.	B	- Verse kruiden	
		8. Koud buffet	

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
Visbereidingen noodzakelijk voor een buffet kunnen maken.	B	- Visbuffet	
Een vlees- en visbuffet creatief kunnen opbouwen.	B	- Vleesbuffet	

KOKEN

3de leerjaar

* TV Koken	1 u/week
* PV Koken	3 u/week

ALGEMENE VAKDOELSTELLINGEN

Op het einde van het derde leerjaar kan de cursist :

- Een menu kiezen rekening houdend met een speciale gelegenheid.
- Kooktechnieken toepassen voor diverse gerechten die bij het menu thuishoren.
- Een recept van de gerechten van het menu lezen en interpreteren.
- De aanschaf van ingrediënten verantwoorden.
- Een werkvolgorde opmaken om het menu klaar te maken.
- De tafels bij de speciale gelegenheid kunnen opstellen, schikken en versieren.
- Het menu kunnen serveren.
- De bijhorende wijnen kunnen kiezen en op de gepaste temperatuur kunnen serveren.
- De uit te voeren bewerkingen onder controle houden, met aandacht voor de eigen en andermans veiligheid

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
		1. Kennismaking	
Speciale borrelhapjes kunnen bereiden en opdienen.	B	<ul style="list-style-type: none"> - Aperitief - Borrelhapjes op basis van <ul style="list-style-type: none"> ° bladerdeeg ° filodeeg 	Een volwaardig en aantrekkelijk aperitief kiezen Aandacht voor de juiste glazen, het juiste materiaal en bijpassend presentatiemateriaal.
		2. Wild	
Verschillende wild- en gevogeltesoorten kennen en kunnen verwerken tot creatieve schotels.	B	<ul style="list-style-type: none"> - Marineren van wild - Larderen - Barderen - Braden - Stoven - Versnijden - Combinaties <ul style="list-style-type: none"> ° zoet : fruitcombinatie ° hartig : groenten en zwammen 	Het materiaal uitkiezen in functie van het te bereiden gerecht zoals : een gevogelteschaar, een elektrisch mes, een vleesplank, ... Voor de bijhorende wijnen : zie punt 7.
		3. Schaal- en schelpdieren	
Schaal- en schelpdieren kunnen verwerken in diverse gerechten bij menu's.	B	<ul style="list-style-type: none"> - Kleine warme of koude hapjes - Salades - Visschelpen - Combinatie met groenten 	Het materiaal uitkiezen in functie van het te bereiden gerecht zoals :schelpen, oesterborden, kreeftentangen, ... Voor de bijhorende wijnen : zie punt 7.
		4. Originele menu's samenstellen	
Bouillon kunnen trekken en verwerken tot roomsoepen.	B	<ul style="list-style-type: none"> - Roomsoepen 	Het materiaal uitkiezen in functie van het te bereiden gerecht zoals : speciale soepkommetjes, consommétassen, ...
Soepen kunnen afwerken tot originele gerechten.	B	<ul style="list-style-type: none"> ° vissoepen ° speciale afgewerkte bouillonsoep * consommé's 	

DOELSTELLINGEN	B/U	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
Verschillende bereidingswijzen om vlees te verwerken kennen	B	- Gevuld vlees	Het gebruik van huishoudtouw, groentenplank, vleesschaar, ... toelichten.
Vleesgerechten op verschillende manieren in combinatie met groenten kunnen opdienen.	B	° soorten vlees ° vullingen	Het gebruik van huishoudtouw, groentenplank en vleesschaar toelichten. Voor de bijhorende wijnen : zie punt 7.
De flambeertechniek kunnen toepassen.	B	- Flamberen	
		° begrip en techniek ° soorten dranken	Documentatie van verschillende dranken gebruiken.
Exotische fruitsoorten kennen en kunnen verwerken in combinatie met andere gerechten.	B	- Exotisch fruit ° opdienklaar maken ° opdienen - serveren	Aandacht voor vers - niet vers. Aandacht voor rijp - niet rijp.
		5. Gebruik van verse kruiden	
Verschillende kruiden kennen en kunnen toepassen in verschillende gerechten.	B	- In soepen - In voorgerechten - In hoofdgerechten - In nagerechten	
		6. Het serveren	
Het dekken en schikken van tafels kennen en kunnen toepassen voor verschillende gelegenheden.	B	- Schikken van tafels - Tafellinnen - Plaatsen aan tafel - Tafelversiering	Bij de keuze van het materiaal in functie van de te dekken tafel aandacht schenken aan o.a. feestelijke borden, aangepaste glazen, correct bestek, ...
		7. De wijnen	Dit thema komt bij alle gerechten en menu's aan bod. Het wordt geïntegreerd aangebracht. Onderwerpen als het maken van wijn, de herkomst, het bewaren, de kelder, ... kunnen bij thema's van wijnkennis worden verwerkt.
Verschillende soorten wijnen kennen.	B	- Soorten - De fles en het etiket	
Verschillende soorten wijnen kunnen combineren met gerechten.	B	- De wijn en het gerecht	
Wijnen kunnen serveren.	B	- Wijn serveren - Het wijnjargon	

8 EVALUATIE

Het leerplan voorziet niet in concrete opdrachten. Opgaven moeten opgesteld worden in functie van de te bereiken doelstellingen, de beschikbare tijd en het voorhanden zijnde materiaal en materieel.

Elke doelstelling van het leerplan moet ten minste één keer geëvalueerd worden. Als alle leerlingen alle opgaven uitgevoerd hebben en alle criteria geëvalueerd werden, is het duidelijk of de doelstellingen bereikt werden.

Binnen de doe-activiteiten zijn een aantal factoren te onderscheiden :

- cognitieve factoren : b.v. inzicht, argumentatie, ideeën, technische kennis;
- psycho-motorische vaardigheden : b.v. juiste weergave van verhoudingen, gebruik van materialen, oog-handcoördinatie, evenwicht;
- werkmethode en attitudes : b.v. werken binnen vooropgestelde limieten, thema's, tijd, aantallen en formaten; orde en netheid, afwerking, presentatie, inzet, organisatie, sociale omgang, veiligheidsbewustzijn, verantwoordelijkheidsgevoel, nauwkeurigheid, zelfstandigheid;
- beoordelingsvermogen.

Er kan ook op verschillende momenten worden geëvalueerd: tijdens het opstellen van een bewerkingsvolgorde, tijdens of na een bewerking of na een afwerking. Duidelijke afspraken met de cursisten zijn hierbij noodzakelijk. Indien deze openheid er niet is, ontstaan betwistingen en blijft zelfevaluatie uit.

Evaluatie van PV Praktijk is een oordeel over :

- een proces: evaluatie van de vorderingen en attitudes op geregelde tijdstippen en bij momentopnames tijdens de realisatie of dienstverlening;
- een product: evaluatie van het product of de gepresteerde dienst.

Tussentijdse evaluaties en de evolutie van de cursist zijn van groot belang voor de eindevaluatie.

Maak duidelijke afspraken met de cursist, zo wordt het werk voor iedereen eenvoudiger. Leg bij elke opdracht uit op welke aspecten de nadruk ligt. De cursist ontwikkelt zo het vermogen om het eigen werk te evalueren. Een vereiste eigenschap van elke volwassene in zijn arbeid is immers zelfevaluatie.

Wij verwijzen naar de bundels over Evaluatie

EVAL DOE : Doe-activiteiten TV, KV, PV - 1995

9 MINIMALE MATERIËLE VEREISTEN

Bestek

Borden

Braadpannen

Documentatie onder meer : kookboeken, boeken wijnkennis, ...

Elektrische keukentoestellen onder meer : keukenrobot, elektrisch mes, fruitpers, mixer, moulinette, ...

Fornuis

Glazen

Klein keukenmateriaal onder meer : messen, scharen, ...

Kookpotten

Microgolfoven

Oven

Tafelversiering

Werktafel

10 BIBLIOGRAFIE

België - Bie Deckmijn 40 succesrecepten door Liesbeth en Bie	Lannoo/Tirion De nieuwe grote kookschool - de beste recepten - vis en schaaldieren - nagerechten0
VLAM - Leuvenseplein 4 te Brussel Vis natuurlijk 1 & 2	Artis Historia Zomer : gastronomie het hele jaar door Recepten van Marc Paesbrughe
Artis Historia Winter : gastronomie het hele jaar door Recepten van Marc Paesbrughe	Standaard uitgeverij Het grote creatief kookboek
Trendboek BV Eigentijds koken	Uitgeverij M & P, Weert Het grote bakboek
Uitgeverij Belgische Boerinnenbond - Minderbroedersstraat 8 te Leuven Ons kookboek	Culinaire boekerij Kosmos - Z & K Uitgevers Utrecht/Antwerpen Mijn mooiste recepten voor U Paul Bocuse
Standaard uitgeverij Ons kookboek KVLV	

Tijdschriften

Proeven
Creatieve keuken
Culinaire ambiance
Vis kennen
Libelle
...

INHOUD

Leerplan bestemd voor	2
1 Ten geleide	3
2 Beginsituatie	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
3	
3 Algemene doelstellingen	3
4 Attitudes	4
5 Specifieke doelstellingen	4
6 Algemene methodologische wenken	5
7 Structuur en inhoud	6
- Koken 1ste leerjaar	7
- Koken 2de leerjaar	13
- Koken 3de leerjaar	17
8 Evaluatie	21
9 Minimale materiële vereisten	22
10 Bibliografie	23

COLOFON

Dir leerplan kwam tot stand in samenwerking met Inrichtende Macht Roeselare