**Государственное общеобразовательное учреждение**

**Ярославской области**

**«Арефинская школа - интернат»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Рассмотрено**  на заседании  Педагогического совета  «\_\_\_\_\_\_ »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. | **Утверждаю**  Директор ГОУ ЯО «Арефинская школа – интернат»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_ 20\_\_ г. |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

**АДАПТИРОВАННАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Поварята»**

**Возраст обучающихся**: 13 -17 лет (7,8,9 классы)

**Срок реализации программы:** 1 год

Автор: Захарова Н.В.

Учитель профессионально-трудового обучения.

2020

с. Арефино

**План.**

1. Пояснительная записка

2. Цели, задачи, ожидаемый результат

3. Содержание дополнительной образовательной программы

3.1.Учебно-тематическй план

3.2 Содержание изучаемого курса

4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

4.1 Формы проведения учебных занятий.

4.2 Материалы и инструменты

5. Литература

**Пояснительная записка.**

Курс кружка «Поварята» имеет социально-педагогическую направленность, поскольку в процессе его прохождения обучающиеся приобретают знания и умения, которые способствуют их социальной адаптации, а некоторым обучающимся еще дают ориентацию в выборе профессии.

Как известно, процесс подготовки будущих выпускников школ-интернатов к самостоятельной жизни сопровождается массой трудностей, преодоление которых происходит с разной долей успеха. Приобретение социально значимого навыка приготовления пищи является одной из самых актуальных и чаще всего проявляющихся в самостоятельной жизни выпускника проблем.

В школьной программе по СБО отводится определенное количество времени для приобщения обучающихся к кулинарии при изучении раздела «Питание». Практика показала, что обучающиеся, несмотря на возникающие трудности, с интересом занимаются на занятиях данной тематики, они нередко выходят с предложениями увеличить количество времени на изучение раздела «Питание». Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод о том, что организация кружка «Кулинарии» окажется весьма полезной для обучающихся, поможет подготовить детей к преодолению трудностей социализации. Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания в школе будет способствовать воспитанию физически нравственно здорового поколения, развитию у учащихся чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

Программа раскрывает специфику кружковой работы в условиях специализированной (коррекционной) школы-интерната 8 вида и предполагает одновременное обучение детей с различными нарушениями ментального плана.

В объединении могут заниматься ученики 7-9 классов, т.е. в возрасте от 13 до 16 лет. Срок реализации программы – 1 год.

Занятия проходят – 1 раз в неделю по 40 минут (34 часов в год).

**Календарный график занятий:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Количество занятий | | |
| В неделю | В месяц | За учебный год |
| 1 | 4 | 34 |

**Формы и режим занятий:**

В процессе реализации программы используются следующие формы занятий: беседа, практические работы с постоянным, индивидуальным консультированием обучающихся и демонстрацией правильных приемов выполнения работы.

Вся работа кружка построена на основных дидактических принципах:

\*наглядности;

\*от простого к сложному;

\*посильности и доступности;

\*связь теории с практикой;

\*дифференцированного подхода;

\* развивающего обучения.

**2. Цели, задачи, ожидаемый результат.**

**Цель программы** — формирование знаний и умений воспитанников, способствующих социальной адаптации, подготовка детей к самостоятельной жизни в плане организации питания, формирование интереса и практического применения знаний и умений в области кулинарии.

Для достижения цели были поставлены следующие **задачи:**

**Обучающие:**

* способствовать формированию представления о видах обработки продуктов, их расчете в соответствии с нормами;
* учить обучающихся владеть различными инструментами и приспособлениями, необходимыми для приготовления пищи;
* способствовать закреплению представления об основных кулинарных терминах;
* способствовать формированию знаний и умений технологии приготовления различных блюд;
* приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности;

**Коррекционно-развивающие:**

* способствовать развитию памяти, внимания путём выполнения практических заданий;
* способствовать развитию и коррекции речи через обогащение словарного запаса;
* пробудить интерес к кулинарному искусству у детей;
* развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
* развить эстетическое восприятие и творческое воображение;

**Воспитательные:**

* воспитывать трудолюбие, бережливость аккуратность, целеустремлённость, предприимчивость, ответственность за результаты своей деятельности;
* привить навыки работы в группе;

**Учащиеся должны знать:**

* - общие сведения о способах приготовления продуктов;
* - правила безопасной работы с инструментами;
* - правила техники безопасности;
* - технические характеристики и назначение бытовой техники;
* - эксплуатационные, гигиенические и эстетические требования к оформлению блюд;
* - правила подготовки продуктов к тепловой обработки;

**Учащиеся должны уметь:**

* - организовать рабочее место в соответствии с практическим заданием и поддерживать порядок во время работы;
* - устанавливать последовательность выполнения технологических операций (планирование);
* - работать индивидуально и коллективно (5-6 человек), самостоятельно распределять обязанности, сообща решать поставленные задачи;
* - выполнять работу в заданное время;
* - проявлять элементы творчества на всех этапах выполнения задания;
* - соблюдать правила безопасной работы;
* -приготовить простые блюда.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

**предполагает:**

* развитие способностей ориентирования в многообразии продуктов питания;
* предъявлять санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
* составлять разнообразное меню;
* самостоятельно готовить различные блюда;
* улучшение показателей адаптации в обществе;
* подготовленность к преодолению трудностей социализации.

**3. Содержание дополнительной образовательной программы.**

**3.1.Учебно-тематическй план.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Перечень разделов, тем | Количество часов | | Всего часов |
| Теория | Практика |
| **1.** | **Введение в программу (1)** | 1 | - | 1 |
| **4.** | **Молочные блюда. (3)** | 1 | 2 | 3 |
| **5.** | **Блюда из яиц. (3)** | 1 | 2 | 3 |
| **6.** | **Первые блюда. Супы. (3)** | 1 | 2 | 3 |
| **7.** | **Вторые блюда. (4)** | 1 | 3 | 4 |
| **8.** | **Блюда из круп. (4)** | 1 | 3 | 4 |
| **9.** | **Овощи. Гарниры и блюда из овощей.(4)** | 1 | 3 | 4 |
| **10.** | **Выпечка. (6)** | 2 | 4 | 6 |
| **11.** | **Десерты. (2)** | 1 | 1 | 2 |
| **12** | **Напитки. (3)** | 1 | 2 | 3 |
| **13** | **Итоговое занятие. (1)** | - | 1 | 1 |
|  | **ИТОГО:** 34 часа | | | |

**3.2 Содержание изучаемого курса.**

**Введение в программу (1 час)**

**Теория:** Вводное занятие. Знакомство с планом кружка. Правила поведения и безопасной работы в кабинете кулинарии. Санитарно-гигиенические требования. Организация рабочего места. Подготовка рабочей формы. Распределение рабочих мест. Обязанносnи дежурного.

**Молочные блюда. (3 часов)**

**Теория:** Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи. Питательные и вкусовые качества молока. Технология приготовления молочных блюд. Пищевая ценность творога, питательные, кулинарные качества. Технология приготовления блюд из творога: сырников, вареников, запеканок, пудингов.

**Практика:** Приготовление биточков из манной крупы. Приготовление ленивых вареников.

**Блюда из яиц. (3)**

**Теория:** Значение яиц в питании человека. Яйцо, его пищевая ценность и применение в кулинарии. Значение ценности белка, пищевая ценность. Технология приготовления блюда из яиц. Классификация омлетов.

**Практика:** Приготовление яичницы глазуньи с гренками. Приготовление омлета с овощами.

**Первые блюда. Супы. (3)**

**Теория:** Виды супов, последовательность закладки продуктов в суп.

**Практика:** Приготовление супа с вермишелью и с курицей.

Приготовление картофельный супа с сосисками.

**Вторые блюда. (4)**

**Теория:** Разновидность вторых блюд. Макаронные изделия. Значение блюд из макаронных изделий. Технология приготовления блюд из макаронных изделий.

**Практика:** Макароны отварные с сыром. Макароны по-флотски. Запеканка из вермишели с сосисками.

**Блюда из круп. (4)**

**Теория:** Крупы. Гарниры из круп.Рациональное питание. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок. Название круп. Из каких злаков вырабатываются, питательная ценность круп. Обработка круп. Крупы, которые моют и не моют. Изделия из круп (каши, биточки, запеканки, пудинги, крупяные гарниры).

**Практика:** Греча отварная. Каша рисовая с мясом и овощами. Рис отварной.

**Овощи. Гарниры и блюда из овощей.(4)**

**Теория:** Значение гарниров из овощей, их вкусовые, питательные и декоративные качества. Разнообразие блюд из картофеля.

**Практика:** Картофель по-деревенски. Картофель жареный. Рагу из овощей.

**Выпечка. (6)**

**Теория:** Мука. Виды теста: лапшовое, дрожжевое, слоеное, песочное, заварное, пряничное, бисквитное. Различие по консистенции. Технология приготовления дрожжевого теста и изделий из него. Технология приготовления бисквитного теста. Изделия из теста. Изделия из слоеного теста, виды слоеного теста: рубленое, венское, готовое замороженное. Пельменное тесто, технология приготовления блюд из пельменного теста (пельмени, вареники, манты). Пицца.

**Практика:** Дрожжевые оладьи. Хворост. Слойки с сахаром. Мини пицца.

**Десерты. (2)**

**Теория:** Разнообразие десертов. Виды подачи и оформления. Нарезка фруктов. Украшение десертов. Технология приготовления десертов без выпечки.

**Практика:** Фруктовый салат.

**Напитки. (3)**

**Теория:** Значение и вкусовые качества. Технология приготовления сладких блюд из ягод (компот, кисель, мусс).

**Практика:** Кисель ягодный. Компот из сухофруктов.

**Итоговое занятие.**

**Теория:** Закрепление пройденного, оформление рецептов. Демонстрация детьми умения сервировать стол и навыков поведения за столом.

**Практика:** Заключительное чаепитие.

**4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.**

Для обучения приготовлению пищи на занятиях используются объяснительно-иллюстративныеметоды (демонстрация презентаций, плакатов, кулинарных книг, инструкционных карт), а также экспериментирование и моделирование реальных ситуаций.

Методы организации учебного процесса соответствуют возрастным особенностям обучающихся, а также конкретным задачам, решаемым в ходе изучения тех или иных разделов и тем. Эти методы способствуют созданию творческой атмосферы, сотрудничеству.

**4.1 Формы и методы проведения учебных занятий.**

* индивидуальная (дается самостоятельные задания с учетом возможности учащегося);
* фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема);
* групповая (разделение на мини группы для выполнение определенной работы);

Освоить различные приёмы можно только практическим путём, поэтому на занятиях широко применяются:

* **объяснительно - иллюстративные** пособия, что позволяет стимулировать учащихся к постоянному пополнению знаний об окружающей среде с помощью бесед, сюжетно-ролевых занятий или деловых игр, докладов обучающихся, конкурсов и др.
* **практические методы** – способствуют развитию мышления через формирование интеллектуальных умений: обобщение, анализ, синтез, сравнение, моделирование, а также позволяет вовлечь учащихся в практическую деятельность с целью приобретения навыков приготовления блюд разного уровня сложности: самостоятельная работа, работа с дополнительной литературой.

**4.2 Материалы и инструменты.**

Занятия по курсу кружка «Поварята» организуются в школе в оборудованном кабинете СБО, который отвечает санитарно-гигиеническим требованиям: светлый, сухой с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией. Кабинет оборудован системами питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией.

Учебная кухня оборудована электрической плитой с жарочным шкафом, холодильником, столовой мебелью, кухонным гарнитуром. Имеется вся необходимая посуда: кастрюли, сковороды, тарелки, столовый сервиз, набор чайной посуды, чайники заварочные; столовые приборы: вилки, ложки, ножи; кухонный инвентарь: доски разделочные, консервооткрыватель. Плакаты с правилами гигиены и техники безопасности вывешены на видном месте в учебной кухне.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических

требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: передника и косынки для девочек, передника и колпака для мальчиков, а так же сменной обуви. Педагог должен строго следить за соблюдением детьми правил гигиены. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу. Работа на занятиях связана с пользованием нагревательными приборами, с варкой, жареньем и выпечкой продуктов. Это обязывает педагога особое внимание обращать на технику безопасности. Для обеспечения образовательного процесса используются: планы, конспекты, технологические карты.

**5.**  **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

На итоговом занятии кружка «Поварята» применяются следующие средства контроля:

* проверочные тесты (на вводном занятии, позволяют выявить уровень знаний обучающихся до реализации программы, и те же тесты на итоговом занятии, позволяют выявить уровень сформированности знаний в области кулинарии после реализации программы);
* конкурс «Кулинарный поединок» на итоговом занятии позволяет выявить степень сформированности умений в области приготовления пищи;
* фронтальный опрос на каждом занятии.

Все эти средства контроля позволяют определить степень достижения планируемых результатов освоения программы.

**6. Литература.**

1. Богатая Л.М. Книга о вкусной и здоровой пище. – М: ВО, АГРОПРОМИЗДАТ, 1988.
2. Маслов Л.А. Кулинария. – М: Ж-54 Валовая 28, 1957.
3. Горшков А.И., Липатова О.В. Гигиена питания. - М.: Медицина, 1987. - С.20-69, 134-259.
4. Каневская Л.Я. Питание школьника. - М.: Медицина, 1989. - С.3-2.
5. Конышев В А. Всё о правильном питании. — М., 2001.
6. Королева КМ., Королев A.M. Основы правильного питания. — Ижевск, 1999.. Кулинария здоровья: от принципов к рецептам. — СПб.: АО “Комплект”, 2005.
7. Бочкова И.А. Кулинария для детей. Кухни народов мира.- М., 2011.
8. Зима О.И. Кулинарные рецепты на каждый день. – М.: Ринол классик, 2001.
9. Зима Д.Д. Такие разные салаты. – М.: Ринол классик, 2012
10. Иванова В.А. Детская поваренная книга. – М., 2000.
11. Руфанова Е . Италия. Кухни народов мира. Слог, 2011.