

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области
«Камышловский гуманитарно-технологический техникум»
структурное подразделение
школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные
программы

**Рабочая программа
внеурочной деятельности «Юный кулинар»
для обучающихся 5-9 классов
(АООП ООО 2 вариант)**

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Юный кулинар» предусматривает создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющие учитывать особые образовательные потребности обучающихся посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса. Программа предназначена для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).

Подготовка к самостоятельной жизни – цель процесса внеурочной деятельности «Юный кулинар». В системе воспитания детей, важное место занимает трудовое, нравственное, эстетическое воспитание подрастающего поколения.

Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития и коррекции практических навыков детям предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора, облегчающий их дальнейшую социализацию. Дети любят готовить, пользуются всевозможными приборами и посудой, учатся работать с современной бытовой техникой.

Актуальность программы «Юный кулинар» в том, что обучение детей направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важными этапами на пути социализации личности.

Цель — формирование знаний и умений обучающихся, способствующих социальной адаптации, подготовка детей к самостоятельной жизни в плане организации питания.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

Обучающие:

- обучить технологии приготовления различных блюд.
- познакомить детей с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов; лечебными свойствами некоторых продуктов, организацией труда при приготовлении пищи;
- обогатить словарный запас детей, на основе использования соответствующей терминологии.
- формировать навыки работы с инструментами и приборами при обработке различных продуктов.
- приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности.
- ознакомить с санитарно-гигиеническими правилами и нормами и техникой безопасности при выполнении кулинарных работ

Коррекционно - развивающие:

- 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, аккуратность.

- Привить навыки работы в группе; формировать культуру общения.
- Формировать любовь и уважение к традициям русской кухни.
- Формировать позитивную установку на семейную жизнь

Методическое обеспечение программы

Методы обучения подбираются в соответствии с психологическими, возрастными и индивидуальными особенностями детей. Решение образовательных, коррекционно-развивающих и воспитательных задач требует использования на занятиях различных методов обучения:

- беседа (объяснительно – иллюстративный метод обучения позволяет стимулировать обучающихся к постоянному пополнению знаний);
- метод объяснительного чтения;
- практический метод – способствует развитию мышления через формирование интеллектуальных умений. Вовлечение обучающихся в практическую деятельность, с целью приобретения навыков приготовления блюд разного уровня сложности;
- записи рецептов;
- упражнения в применении полученных знаний - самостоятельная работа;
- выставки;
- ярмарки и проведение праздников и др.;
- работа с дополнительной литературой;
- методы проверки знаний (зачет, смотр знаний, умений и навыков, конкурс творческих работ).

Место курса в учебном плане

Программа внеурочной деятельности относится к социальному направлению. Программа рассчитана на 1 час в неделю с 5-9 класс, 5 класс – 34 часа в год, 6 класс – 34 часа в год, 7 класс – 34 часа в год, 8 класс – 34 часа в год, 9 класс – 34 часа в год.

Отдельные темы, где приготовление блюд занимает большое время, целесообразно группировать по 2 часа с интервалом неделю.

Содержание программы

Программа включает следующие **основные разделы**:

- Техника безопасности.
- Обработка пищевых продуктов.
- Способы приготовления и хранения продуктов.
- Практические занятия.

Учебные занятия (далее — занятия) являются важнейшим условием для развития у обучающихся умений и навыков, уровень владения которыми в свою очередь непосредственно будут определять эффективность последующей

подготовки, создание специальных условий для развития общетрудовых умений которые решающим образом будут определять успешность решения развивающих задач.

При организации обучения по основным разделам программы, необходимо учитывать как медицинские рекомендации, так и индивидуальные учебно-трудовые возможности обучающихся.

Для реализации поставленных задач применяются **следующие методы:**

- метод беседы;
- методы творческого самовыражения в практических работах;
- игровые мероприятия;
- рефлексия.

Планируемые результаты

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения, правила санитарии и гигиены, общие правила организации рабочего места и безопасности на занятиях по обработке пищевых продуктов;
 - оборудование кухни; кухонную, столовую и чайную посуду, инструменты и приспособления для приготовления пищи; правила ухода за кухонной, столовой и чайной посудой;
 - значение питания; основные группы продуктов питания; общие требования к качеству продуктов питания и их хранению;
 - пищевую ценность хлеба, яиц, круп и макаронных изделий, молока и молочных продуктов, рыбы и мяса;
 - виды бутербродов, горячие напитки, блюда из яиц, из круп и макаронных изделий, из молока и молочных продуктов,
 - виды теста, технологию приготовления;
 - правила организации рабочего места, санитарно-гигиенические правила и правила безопасности при чистке и мытье кухонной посуды и приспособлений, мытье столовой посуды и приборов, чайной посуды.

Обучающиеся должны уметь:

- соблюдать правила санитарии и гигиены при первичной обработке продуктов;
- применять безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями;
- перебирать зелень, плоды, овощи, ягоды, картофель;
- производить первичную обработку всех видов овощей;
- выполнять нарезку овощей простыми формами и в виде украшений;
- проводить тепловую обработку продуктов различными видами;
- сервировать стол, складывать салфетки;
- правильно вести себя за столом, встречать гостей;

- готовить холодные блюда и закуски, первые блюда, вторые блюда, сладкие блюда и напитки.
- правильно вести себя за столом, встречать гостей;
- готовить холодные блюда и закуски, первые блюда, вторые блюда, сладкие блюда и напитки.

Вводное занятие

Организация рабочего места, инвентарь. Значение питания в жизни человека. Понятие о рациональном питании. Соблюдение санитарно-гигиенических требований к приготовлению пищи правила техники безопасности при работе с механическими приспособлениями и электрооборудованием.

Продукты питания растительного и животного происхождения

Значение и виды продуктов питания различного происхождения, их применение и хранение

Молочные блюда

Питательные и вкусовые качества молока. Значение молочных блюд. Технология приготовления молочных блюд.

Хлебобулочные изделия

История хлеба. Цена хлеба. Бережное, уважительное отношение к хлебу. Использование черствого хлеба для приготовления различных блюд.

Открытые бутерброды

Понятие «бутерброд», виды и способы приготовления. Продукты для приготовления открытых бутербродов.

Кухонная и столовая посуда. Оборудование кухни

Уход за кухонной и столовой посудой. Моющие средства, применяемые при мытье посуды.

Закрытые бутерброды

Способы приготовления закрытых бутербродов.

Бутерброды.

Технология приготовления горячих бутербродов.

Сладкие блюда и напитки

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

Сервировка стола

Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину и чаю Праздничная сервировка стола. Сервировка закусочного стола. Назначение столовых приборов.

Салаты из вареных овощей

Технология приготовления салатов из вареных овощей, варка овощей для салатов.

Салаты из свежих овощей

Технология приготовления салатов из свежих овощей, формы нарезки овощей для салатов

Салаты

Технология приготовления горячих, холодных, фруктовых салатов

Хранение продуктов и готовой пищи

Способы и места хранения продуктов различного происхождения.

Блюда из яиц

Значение ценности белка, пищевая ценность. Технология приготовления блюда из яиц. Классификация омлетов.

Блюда из яиц

Практические занятия. Приготовление омлета смешанного, омлета фаршированного.

Блюда из круп

Практические занятия. Приготовление блюд из круп

Макароны

Практические занятия. Приготовление блюд из макаронных изделий

Блюда из овощей

Практические работы. Приготовление блюд из картофеля и капусты

Тесто.

Практические работы. Приготовление блюд из слоеного, дрожжевого и бездрожжевого теста.

Супы.

Практические работы. Приготовление различных видов супов.

Список литературы

1. Русский стол: Традиционные блюда русской национальной кухни. – Сост. Л.Зданович.- М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 2000
2. Михайлов В.С. Коллекция лучших кулинарных рецептов- М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2002
3. Люка А.П. Как принять гостей: Европейский этикет. – М.: ОЛМА-Пресс Инвест, 2002
- 4.Обрядовая кулинария.- Мн.: Харвест, М.: ООО «Издательство АСТ», 2000
5. 500 рецептов закусок /Автор-сост. Поливалина Л.А./- М.: Вече, 2003
6. Рудольф Биллер. Как украсить блюда. Перевод с нем. Татьяны Григорьевой.- М.: ООО «Аст-Пресскнига», 2003
7. Кузнецова Е.К. Лучшие рецепты мировой кухни.- М.: Олма-Пресс Инвест, 2004
8. 10000 советов. Блюда со всего мира / Автор-сост. А.В. Конев.- Мн.: ООО «Харвест», 2003
9. Циулина Н.В. Десерты лучших кондитеров.- Челябинск.: Изд. «Аркаин», 2003
10. Основы кулинарного мастерства/ В.В.Усов.- М.: Издательский центр «Академия», 2007
11. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии/ З.П.Матюхина.- М.: Издательский центр «Академия», 2007

12. Как определить качество продуктов, которые нам продают: Справочник/ Т.Литвинова.- М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Центральный Книжный Двор», 2003
13. Меджитова Э.Д. Русская кухня. Издание 4-е, дополненное и переработанное.- М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002
14. Золотые рецепты кулинарии.- М.: Эксмо, 2006
15. Украшение блюд и сервировка/ Авт.- сост. З.С.Марина, Г.С.Кунилова.- М.: Эксмо, 2007
16. Пельмени./ Сост. В.М.Рошаль.- М.: Эксмо, СПб.: Терция, 2004
- 17.Лазерсон И.И., Синельников С.М. Все из риса. – М.: ЗАО Центрполиграф: ООО «МиМ-Дельта», 2004
- 18.Лазерсон И.И., Синельников С.М. Все из огурцов. – М.: ЗАО Центрполиграф, 2004
19. Блюда из творога и сыра /Сост. И.В.Довбенко. – М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2009
20. Овощные салаты / Сост. О.К.Савельева. – М.: Эксмо, СПб.: Терция, 2009
21. Русские салаты / Сост. Г.С.Выдревич. – М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2009
22. Блюда из птицы по-русски / сост. Г.С.Выдревич. – М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2009
23. 100 лучших блюд из картофеля / Сост. Г.С.Выдревич. – М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2009

Условия реализации программы

Учебную кухню рекомендуется оборудовать подвесными шкафами, разделочными столами. Для работы кружка необходим кухонный инвентарь. На каждого обучающегося надо иметь: разделочные доски с обязательной маркировкой для сырых и вареных овощей, для мяса и рыбы и т.д.; разделочные доски и скалки для теста; кухонные ножи маленькие и средние, нож консервный, ложки деревянные и из нержавеющей стали, разливные ложки, шумовки, дуршлаг, чайники, подносы, подставки под горячую посуду, миски емкостью от 0,5 до 2 литров, кастрюли емкостью от 1 до 3 литров, сковороды разных размеров, миксер, мясорубка, сито, набор выемок для печенья, форма для торта, противни, столовую и чайную посуду, в том числе столовый и чайный сервизы.

Формы и методы оценивания результатов

Результаты выполнения программы каждым ребенком отслеживаются и оцениваются с помощью промежуточных практических работ.

Тематическое планирование, 5 класс, 34 часа

Тема занятия	Кол-во часов
Вводное занятие	1 ч.
Продукты питания растительного происхождения	1 ч.
Продукты питания животного происхождения	1 ч.
Молочные продукты	1 ч.
Хлебобулочные изделия	1 ч.
Приготовление сухариков	1 ч.
Открытые бутерброды	2 ч.
Практические работы	1 ч.
Кухонная и столовая посуда	2 ч.
Закрытые бутерброды	2 ч.
Горячие бутерброды	2 ч.
Напитки	1 ч.
Сервировка стола	1 ч.
Нарезка вареных овощей. Салаты	3 ч.
Нарезка свежих овощей. Салаты	3 ч.
Слоеные салаты	2 ч.
Праздничные салаты	1 ч.
Хранение продуктов питания и готовой пищи	1 ч.
Блюда из яиц. Вареные яйца	1 ч.
Блюда из яиц. Глазунья	2 ч.
Блюда из яиц. Фаршированные яйца	1 ч.
Блюда из яиц. Омлет	1 ч.
Блюда из яиц. Гренки	1 ч.
Итоговый урок	1 ч.

Тематическое планирование, 6 класс, 34 часа

Тема занятия	Кол-во часов
Вводное занятие	1 ч.
Виды круп	2 ч.
Правила хранения круп	1 ч.
Блюда из круп. Каши	2 ч.
Манная каша	2 ч.
Гречневая каша	2 ч.
Ячневая каша	2 ч.
Овсяная каша	2 ч.
Рисовая каша	2 ч.
Запеканки из круп	1 ч.
Итоговый урок	1 ч.
Макаронные изделия, их виды	2 ч.
Правила хранения макаронных изделий	1 ч.
Отварные макароны	2 ч.
Запеканка из макарон	2 ч.
Соусы, виды соусов	2 ч.
Практические работы	6 ч.
Итоговый урок	1 ч.

Тематическое планирование, 7 класс, 34 часа

Тема занятия	Кол-во часов
Вводный урок	1 ч.
Питательная ценность овощей	1 ч.
Правила хранения овощей	1 ч.
Блюда из картофеля. Отварной картофель	2 ч.
Картофельное пюре	2 ч.
Запечённый картофель	2 ч.
Жареный картофель	2 ч.
Картофельная запеканка	2 ч.
Бутерброды горячие с картофелем	1 ч.
Картофельный салат	1 ч.
Картофельный суп	2 ч.
Суп-пюре	2 ч.
Пирог с картошкой	2 ч.
Итоговый урок	1 ч.
Блюда из капусты	1 ч.
Салат из свежей капусты	1 ч.
Салат из свежей капусты с морковью и яблоком	1 ч.
Тушеная капуста	2 ч.
Капустная запеканка	2 ч.
Пирог с капустой	2 ч.
Практические работы	2 ч.
Итоговый урок	1 ч.

Тематическое планирование, 8 класс, 34 часа

Тема занятия	Кол-во часов
Вводный урок	1 ч.
Тесто. Виды теста	2 ч.
Слоеное тесто. Открытый пирог	2 ч.
Слоеное тесто. Сладкие пирожки	2 ч.
Слоеное тесто. Пицца	2 ч.
Дрожжевое тесто. Простые булочки	2 ч.
Дрожжевое тесто. Сладкий пирог «Дружная семейка»	2 ч.
Дрожжевое тесто. Печеные пирожки	2 ч.
Дрожжевое тесто. Жареные лепешки	2 ч.
Дрожжевое тесто. Открытый пирог	2 ч.
Дрожжевое тесто. Закрытый пирог	2 ч.
Песочное тесто. Печенье	2 ч.
Бездрожжевое тесто. Оладьи	2 ч.
Бездрожжевое тесто. Блины	2 ч.
Практические работы	6 ч.
Итоговый урок	1 ч.

Тематическое планирование, 9 класс, 34 часа

Тема занятия	Кол-во часов
Вводный урок	1 ч.
Супы. Питательная ценность	1 ч.
Виды супов	2 ч.
Нарезка овощей для супов	2 ч.

Прозрачные супы. Бульоны	3 ч.
Заправочные супы	1 ч.
Щи	2 ч.
Борщ	2 ч.
Рассольник	2 ч.
Уха	2 ч.
Супы на основе овощного отвара	2 ч.
Супы на основе грибного бульона	2 ч.
Суп с рыбными консервами	2 ч.
Супы-пюре	2 ч.
Холодные супы	2 ч.
Практические работы	5 ч.
Итоговый урок	1 ч.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575885

Владелец Бочкарева Елена Еварестовна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022