



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 45»**

660012, Россия, Красноярский край, город Красноярск, улица Судостроительная, дом 105
тел.: (391) 217-87-40, e-mail: school45-krsk@mail.ru; <https://sch45krsk.gosuslugi.ru>
ОГРН 1022402298820, ИНН 2464019774, КПП 246401001, ОКПО 41056366

«

РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СШ
№ 45

Коблов А. П.
«28» августа 2023 г.

Хрущева Д. А.
«30» августа 2023 г.

Каменская Ю. С.
Приказ 01-06-124
от «30» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(курса дополнительного образования)
«Молекулярная кулинария»**

для 1-5 классов

**количество часов
Всего 108 часов; в неделю 3 час**

на 2023/ 2024 учебный год

Наименование программы	«Основы кулинарии»
Основания для разработки программы	Социальная адаптация детей с ОВЗ, оказание дополнительной помощи обучающимся в производственном обучении и профессиональной подготовке.
Разработчик программы	<i>Учитель СБО</i>
Исполнители программы	<i>Учитель СБО</i>
Цели и задачи программы	ЦЕЛЬ: - Социальная адаптация детей с ОВЗ и интеграция их в общество. Подготовка детей к самостоятельной жизни, формирование у обучающихся навыков самостоятельного приготовления разнообразной и здоровой пищи. ЗАДАЧИ: - формировать и развивать творческие способности обучающихся в кулинарии; - формировать культуру общения; - прививать трудовые навыки, навыки самообслуживания; - развивать эстетический вкус обучающихся; - расширять знания обучающихся в кулинарии.
Основные направления деятельности по реализации программы	- Социальная адаптация обучающихся, личностное развитие. -Трудовое воспитание. -Художественное – эстетическое воспитание.
Основные оценочные показатели программы	Анализ, статистика, проведение мероприятий. Итоговые занятия.
Ожидаемые результаты	ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ. Формирование культуры труда, уважительное отношение к труду и результатам труда. Использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни. В результате обучения по данной программе обучающиеся получают знания: - пищевая ценность продуктов; - способы приготовления и оформления блюд; - правила подачи блюд; - правила поведения за столом; -правила по технике безопасности при кулинарных работах; - санитарно-гигиенические требования. Приобретут умения: - правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда;

	- приемы тепловой кулинарной обработки; - готовить и украшать готовые блюда; - сервировать стол; - правильно вести себя за столом; - готовить изделия из теста; - соблюдение правила по технике безопасности; - соблюдать санитарно-гигиенические требования.
Координация и контроль реализации программы	Администрация
Сроки реализации программы	2022-2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Основы кулинарии» направлена на получение обучающимися, с отклонениями в развитии, новых теоретических знаний и практических умений. Дети с ограниченными возможностями здоровья с трудом обучаются умению ориентироваться в окружающем мире, усваивают общепринятые нормы поведения, овладевают навыками общения. Необходимо, используя все возможности обучающихся, развивать у них жизненно необходимые навыки, которые способствуют самостоятельно себя обслуживать, выполнять в быту и на производстве несложные трудовые операции.

Практика показывает, что любой человек, имеющий дефект в развитии, может при соответствующих условиях стать полноценной личностью, развиваться духовно, обеспечивать себя в материальном отношении и быть полезным обществу. Занятия в кружке позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и видеть результат своей творческой деятельности. В процессе занятий происходит интеграция одних видов деятельности с другими, что позволяет корректировать и развивать у детей восприятие, мышление, коммуникативные навыки.

Основными целями и задачами программы является получение детьми дополнительных знаний, умений и навыков по кулинарии, которые им могут быть полезны в быту и возможно сделать первый шаг к выбранной профессии.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы

Программа ориентирована на обучающихся в возрасте 8-17 лет. Практика показала, что дети данного возраста успешно и с интересом занимаются в кружке по кулинарии. Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. Кружок «Основы кулинарии», опираясь на знания и умения, полученные на уроках СБО,

способствует расширению и углублению этих знаний и навыков, воспитанию творческого подхода к своей работе и самостоятельности.

Срок реализации дополнительной образовательной программы- 2 года.

1 год - блюда первого уровня сложности.

2 год - блюда второго уровня сложности.

Занятия проводятся один раз в неделю, всего 36 часов в год.

Продолжительность занятия - 60 минут.

Основные формы и методы обучения:

- теоретические занятия;
- практические работы;
- творческие работы;
- индивидуальная работа;
- экскурсии.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная (воспитанникам дается самостоятельные задания с учетом его возможности); фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема); групповая (разделение на мини группы по выполнению определенной работы);

Обязательным условием занятий кружка – соблюдение санитарно-гигиенических правил. Одно из главных правил гигиены при кулинарных работах – наличие спецодежды: фартуков, косынок или колпаков, сменной обуви. Следующим обязательным условием является соблюдение техники безопасности: безопасные приемы работы с нагревательными приборами, кулинарным оборудованием и инструментами. Обучающиеся познакомятся с историей, обычаями и традициями национальной кухни; узнают различия кухонь; будут иметь представления об организации современных предприятий общественного питания; усвоят классификацию блюд современных национальных кухонь и правила сервировки стола; смогут самостоятельно готовить блюда по рецептам, а также будут способны выдвигать творческие идеи, сотрудничать в коллективе.

Предполагается использовать следующие формы контроля: собеседование, тестирование, практические работы и творческие задания.

Главный показатель реализации программы - личностный рост каждого обучающегося, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Критерием уровня эффективности программы является усвоение образовательной части, повышение интеллектуального уровня, воспитанности и готовность к самостоятельной жизни в плане организации своего быта.

Завершается работа кружка выполнением творческого проекта и его защитой.

Краткое содержание курса

СЕНТЯБРЬ

Вводное занятие. План и задачи кружка. Правила поведения в кружке. Организация рабочего места, инвентарь. Значение питания в жизни человека.

Понятие о рациональном питании. Режим питания школьника. Соблюдение санитарно-гигиенических требований к приготовлению пищи. Правила ТБ при работе с механическими приспособлениями и электрооборудованием. Меню.

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

Практическая работа. Мытье посуды, уход за инвентарем и помещением.

Гигиена приготовления пищи. Общие сведения о гигиене, о санитарно-гигиенических требованиях к помещению, оборудованию, личной гигиене, гигиене питания. Специальная одежда. Хранение и обработка продуктов.

Правила безопасности и поведения на занятиях. Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. Правила поведения на кухне, в столовой, среди товарищей.

ОКТАБРЬ

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

Практическая работа. Сервировка стола.

Блюда из овощей. Виды овощей, содержание в них минеральных веществ, белков, жиров, углеводов и витаминов. Первичная обработка овощей. Блюда из овощей. Виды салатов. Изменение содержания витаминов и минеральных веществ в зависимости от условий кулинарной обработки. Овощные гарниры. Принципы подбора овощных гарниров к мясу и рыбе.

Практические работы. Форма нарезки овощей, назначение. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салатов. Современные инструменты и приспособления для механической обработки и нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей. Сервировка и подача к столу.

НОЯБРЬ

Первые блюда. Значение первых блюд в питании. Классификация супов по способу приготовления. Использование отваров для приготовления супов. Бульоны.

Практическая работа. Приготовление супа из свежих овощей.

Блюда из рыбы. Понятие о пищевой ценности рыбы. Возможности кулинарного использования рыбы разных пород. Технология и санитарные условия первичной и тепловой обработки рыбы. Рыбные блюда.

Практическая работа. Подбор инструментов и оборудования для разделки рыбы. Первичная обработка чешуйчатой рыбы. Варка и жаренье рыбы в целом виде, звеньями, порционными кусками. Определение готовности блюд из рыбы.

Приготовление блюд из рыбы. Сервировка и подача к столу.

ДЕКАБРЬ

Блюда из мяса. Значение и место блюд из мяса, субпродуктов в питании. Виды мясного сырья, сроки и способы хранения мяса и мясных продуктов. Особенности кулинарного использования субпродуктов. Санитарные условия обработки мяса, субпродуктов. Условия и сроки хранения полуфабрикатов из мяса и котлетной массы.

Практические работы. Способы тепловой обработки мяса, мясных полуфабрикатов, субпродуктов. Приготовление натуральной рубленой массы из мяса. Определение времени варки и жаренья до готовности. Приготовление блюд из субпродуктов. Сервировка и подача к столу.

ЯНВАРЬ

Бутерброды и горячие напитки. Виды бутербродов. Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов. Виды горячих напитков. Способы заваривания кофе, какао, чая и трав.

Практические работы: Нарезка продуктов. Приготовление бутербродов. Приготовление горячих напитков. Сервировка и подача к столу.

ФЕВРАЛЬ

Блюда из круп. Виды круп. Питательная ценность круп, обработка, хранение. Приготовление каш. Изделия из круп: биточки, запеканки, пудинги, крупяные гарниры.

Практические работы. Подготовка к варке круп и бобовых. Определение необходимого количества жидкости при варке каш различной консистенции и гарниров их крупы. Приготовление каши. Приготовление изделий из круп. Сервировка и подача к столу.

Блюда из макарон. Виды макаронных изделий, питательная ценность, хранение. Блюда из макарон.

Практические работы. Варка макарон. Приготовление макарон по-флотски. Приготовление запеканки.

МАРТ

Изделия из теста. Мука. Виды теста (**дрожжевое, песочное, бисквитное и слоеное**). Рецептура и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий. Виды начинки для изделий из теста.

Практические работы. Приготовление теста. Выпечка изделий из различных видов теста (блины, шарлотка). Сервировка и подача к столу.

Экскурсия на предприятие общественного питания.

АПРЕЛЬ

Блюда из яиц. Строение яйца. Значение белка, пищевая ценность. Приспособления и оборудование для приготовления блюд из яиц. Особенности кулинарного использования яиц.

Практические работы. Первичная обработка яиц, приготовления блюда из яиц (вареные яйца, омлет, яичница). Крашение и роспись яиц. Сервировка и подача к столу.

Холодные блюда и закуски. Салаты: мясные, овощные, фруктовые. Нарезка продуктов. Украшение из овощей и яиц.

Практические работы. Приготовление мясного салата. Приготовление фруктового салата.

МАЙ

Блюда из молока и кисломолочных продуктов. Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Виды молока и молочных продуктов. Питательная ценность и химический состав молока и молочных продуктов. Значение кисломолочных продуктов в питании человека. Условия и срок, и хранения.

Практические работы. Приготовление молочного супа и молочной каши. Приготовление блюда из творога (сырники, запеканка). Сервировка и подача к столу.

Сладкие блюда и десерт. Виды сладких блюд и десерта. Роль десерта в праздничном обеде. Технология приготовления сладких блюд. Желирующие и ароматические вещества, используемые для приготовления блюд и десерта.

Практические работы. Приготовление желе. Приготовление компота из свежих, сушеных, мороженых фруктов и ягод. Украшение десертных блюд свежими или консервированными ягодами и фруктами. Сервировка и подача к столу.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название разделов	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	2	
2	Кухня. Оборудование кухни.	4		4
3	Гигиена приготовления пищи	4	1	
4	Техника безопасности на занятиях по кулинарии	4	4	
5	Сервировка стола. Правила поведения за столом	4	1	3
6	Блюда из овощей	10	2	8
7	Первые блюда	4	1	3
8	Блюда из рыбы	4	1	3
9	Блюда из мяса	4	1	3
10	Бутерброды и горячие напитки	4	1	3
11	Блюда из круп	2	1	0
12	Блюда из макарон	4	1	3
13	Виды теста. Изделия из теста.	4	1	3
14	Блюда из яиц	8	2	6
15	Холодные блюда и закуски	20	2	18
14	Блюда из молока и кисломолочных продуктов	4	1	3
15	Сладкие блюда и напитки	20	2	18
16	Итоговое занятие	2		2
	Итого часов	108 ч.		

Список используемой литературы:

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Г.И.Жаренкова «Трудовое обучение» «Коррекционно-развивающее обучение». М., Дрофа,2001
3. Бочкова И.А. Кулинария для детей. Кухни народов мира.- М., 2001.

4. Евладова Е., Логинова Л.Г. Дополнительное образование детей. Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М., 2002
5. Е.И.Стадник. Учимся готовить – ООО Издательство «Ранок», 2011
6. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006.
7. Программы специальной (коррекционной) школы VIII вида: 5-9 кл.: в 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001 – Сб.1.
8. Хилько А.А. и др. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя. (Серия «Учителю коррекционной школы»). – СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2006.
9. ШКОЛА ЖИЗНИ Подготовка к самостоятельной жизни Учебно – методическое пособие, Л.М.Кобрина, В.В.Юнина. - СПб.:изд. «ЗолотойОрёл»,2005.