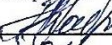


КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАМЧАТСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

Рассмотрено
на методическом совете
КГ ОБУ «Камчатская школа-интернат
для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»

Протокол № 1 от 30.08 2022 г.
Председатель 

«Согласовано»
Зам. директора по ВР
КГ ОБУ «Камчатская школа-
интернат
для обучающихся с
ограниченными возможностями
здоровья»

 Хабарова З.А.
«08» 09 2022 г.

«Утверждаю»
Директор КГ ОБУ «Камчатская
школа-интернат
для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»

 Опряткова О.С.
«08» 09 2022 г.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая
программа для детей с ограниченными
возможностями здоровья

социально-педагогической направленности

«Хозяюшка»
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Брагина О.Ю.

г. Петропавловск-Камчатский
2022 – 2023 уч.г.

**«Пусть ваше лекарство будет вашей пищей,
а ваша пища – вашим лекарством.»
/Гиппократ/**

Пояснительная записка

Воспитанники школ – интернатов испытывают большие трудности в начале самостоятельной жизни. Практика показывает - дети, проживающие в школах-интернатах, имеют ограниченные представления о многих житейских, бытовых проблемах, в связи с ограниченными контактами с внешним миром и обыденными условиями для приобретения собственного опыта. Разрыв между представлениями о жизни и существующей реальностью, нарушает процесс включения их в жизнь общества, затрудняют процесс вхождения в личностные и трудовые отношения.

Целенаправленная работа по социально бытовой ориентации, организованная на базе образовательного учреждения, способствует усвоению социальных норм, умений, стереотипов, установок, принятых в обществе форм поведения и общения, формированию и совершенствованию навыков самообслуживания, ведению домашнего хозяйства, а как следствие, гармоничному вхождению личности в социальную среду для успешного решения социальных и бытовых задач.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с ограниченными возможностями здоровья.

Программа направлена на подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, формирование знаний и умений, способствующих социальной адаптации и повышение общего развития.

Содержание программы выстроено с учетом концентрического принципа в решении предлагаемых детям задач обучения – постепенно

усложняющихся и развивающихся по нарастающей сложности. На начальном этапе обучение уделяется большое значение формированию навыков здорового образа жизни, по мере усвоения которых, и параллельного взросления учащихся и кинестетического развития, основная установка обучения переходит на формирование кулинарных навыков.

В результате прохождения программы выпускники школы-интерната должны обладать реальными стартовыми возможностями, набором определенных знаний и умений, способствующих гармоничному вхождению в социальную среду и выполнение социальных ролей.

Цель программы:

обучение воспитанников приготовлению здоровой и питательной пищи из доступных продуктов.

Программа направлена на осуществление следующих *задач*:

- способствовать формированию у детей умений и навыков по приготовлению несложных блюд из доступных продуктов;
- знакомить с правилами техники безопасности при приготовлении пищи;
- освоить технологию определения признаков доброкачественности продуктов;
- обучить приемам художественного оформления блюд и сервировки стола;
- знакомить с технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, весоизмерительными приборами и правилами их эксплуатации;
- формировать навыки работы в коллективе, воспитывая чувство товарищества и взаимопомощи, ответственности за порученное дело.

Реализация поставленных задач происходит, основываясь на основополагающие принципы коррекционной работы с детьми данной категории

Принцип социально-практической направленности воспитания.

Предусматривает преодоление зависимости ребенка от ближайшего окружения, подготовку к самостоятельной жизни в обществе на максимально доступном уровне. Содержание работы должно способствовать овладению социальными навыками в различных сферах (самообслуживание, социальные контакты, трудовая и профессиональная подготовка).

Принцип дифференцированного и индивидуального подхода.

Дифференцированное коррекционное воздействие предусматривает учет в работе вариативности и специфичности структуры нарушения, а также уровня развития детей. На основании данного принципа подбирается вариативное содержание, методы и средства обучения, различные виды помощи детям (направляющая, стимулирующая или обучающая). Индивидуализация предполагает учет индивидуально-типологических особенностей, компенсаторных возможностей детей.

Деятельностный принцип.

Обучение осуществляется в процессе различных видов деятельности с опорой на ведущий, для каждого возраста, и доступный для овладения конкретным ребенком с учетом его психофизических особенностей и структуры нарушения. Основным признается - овладение ребенком не знаниями, а определенными доступными и необходимыми для самостоятельной жизни в обществе практическими действиями.

Принцип полисенсорной основы обучения.

Предполагает опору на все сохранные анализаторы и развитие компенсаторных возможностей ребенка. Осуществляется максимальное обогащение сенсорного опыта ребенка. В процессе обучения необходимо использовать комплекс методов и приемов для формирования целостного образа об объектах и явлениях окружающего мира.

Методы обучения

- Словесные (рассказ, беседа)

- Наглядно-демонстрационный; методы стимулирования и мотивации (актуализация знаний, обращение к жизненному опыту учащихся)
- Самостоятельная работа учащихся под руководством учителя.

Организация работы

Реализация программы осуществляется в ходе специально организованных занятий практического и теоретического характера. На освоение программы отводится 4 часа в неделю.

4 часа x 36 недель = 144 часа.

Программа рассчитана на один год обучения.

Набор воспитанников в объединение проводится по их желанию, с учетом психофизических и интеллектуальных особенностей детей.

Группа разновозрастная (от 11 до 17 лет), количество детей в группе определяется с учетом психофизических возможностей детей согласно Положению о блоке дополнительного образования до 8 человек.

Критерии оценки уровня освоения программных требований проводится по пяти показателям: *знания и умения, мотивация познания, творческая активность, эмоциональная настроенность, достижения.*

Прохождение программы предполагает формирование УУД и БУД и, как следствие, способствует освоению Адаптированной образовательной программы КГОБУ «Камчатская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ»

Универсальные учебные действия.

Личностные результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

- учебно-познавательный интерес к познанию нового, развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического и творческого мышления;

- установка на здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты

Регулятивные:

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

- формирование способности к организации деятельности и управлению ею.

Познавательные:

- повышение степени самостоятельности, инициативности учащихся и их познавательной мотивации;

- умение предъявлять результат своей работы; возможность использовать полученные знания в жизни;

Коммуникативные:

- учиться выполнять различные роли в группе: лидера, исполнителя, критика;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- использовать речевые средства для регуляции своего действия.

Базовые учебные действия

Личностные результаты

- способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятия соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- положительного отношения к окружающей действительности, готовности к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- понимания личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовности к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Регулятивные:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Коммуникативные:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

В результате прохождения программы, обучающиеся должны обладать реальными стартовыми возможностями, набором определенных знаний и умений, способствующих гармоничному вхождению в социальную среду и выполнение социальных ролей. Вместе с тем реализация в полной мере данной программы не исключает возможности выхода на начальные результаты второго уровня: формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом, развитие ценностных отношений; и результаты третьего уровня: приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия, работы в команде и взятия на себя ответственности за других людей. Прохождения программы (освоение уровня) подтверждается Свидетельством о прохождении, с целью повышения мотивации и поощрения личностных достижений.

Содержание программы

Календарно-тематическое планирование на 2022-2023уч. г.

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Теория	Практика
1	Введение. Правила этикета	2	2	
2	Режим дня школьника, правильное питание	2	2	
3	Безопасность на кухне. Правила и инструкции.	2	2	
4	Санитарные требования, сан. обработка кухни и кухонного инвентаря. Сроки хранения продуктов. Санитарные требования к приправам и пищевым добавкам. Чтение надписей на упаковках.	4	3	1
5	Техника безопасности при работе с ножом и острыми предметами. Нарезка овощей.	4	3	1
6	Витамины для здоровья	2	2	
7	Овощи в нашем питании. Приготовление овощных блюд и гарниров. Заготовка овощей впрок.	10	4	6
8	Салаты	12	4	8
9	Нарезка хлеба, батона, лаваша	4	2	2
10	Бутерброды: холодные, горячие	2	2	
11	Бутерброды холодные	4		4
12	Бутерброды горячие	4		4
13	Молоко и молочные продукты. Сыроделие.	8	2	6
14	Яйца. Всё о питательной ценности продукта. Блюда из яиц.	6	2	4
14	Блюда из круп и макаронных изделий	12	4	8
15	Различные мучные блюда	18	6	12
16	Рыба и морепродукты.	4	4	
17	Консервирование, посол рыбы	2		2

18	Мясные продукты	2	2	
19	Приготовление первых блюд с мясом и рыбой	10	2	8
20	Приготовление вторых блюд из мяса и рыбы	10	2	8
21	Напитки, соки, морсы, кисели	6	2	4
22	Сервировка праздничного стола	8	2	6
23	Чистящие и моющие средства – помощники на кухне и в доме.	4	2	2
24	Итоговое занятие	2	2	
	Итого :	144	58	86

1. Введение.

«Хорошо сбалансированная еда – как стихотворение для развития жизни». Что такое правильное питание? Знание о значимости правильного питания в жизни человека. Осознание своих интересов, способностей в данном направлении.

2. Правила этикета.

Откуда к нам пришел этикет? Нормы и правила этики. Умение посмотреть на себя со стороны. Правила поведения за столом дома и в гостях. Правила приема гостей. Инсценирование ситуации приема гостей.

3. Режим дня школьника.

Знание о важности режима дня. Почему обязательно необходимо завтракать? Каким должен быть обед и ужин? Самостоятельное составление режима дня и меню одного дня, включая завтрак, обед, полдник и ужин.

4. Безопасность на кухне. Санитарные правила.

Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования. Знакомство с кулинарным делом.

5. Овощи в нашем питании.

Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли). Распределение овощей по группам содержания витаминов. Первичную обработку овощей, их подготовку для приготовления блюда. Последовательность закладки продуктов для приготовления блюда.

Правильное хранение овощей, умение применять свои знания и навыки на практике, в жизни, в быту. Овощи в камчатской кухне.

6. Салаты.

Разнообразие салатов. Мясные, фруктовые, овощные. Заправки для овощных, мясных, фруктовых салатов. Учить подбирать и сочетать продукты для салатов.

7. Нарезка хлеба, батона, лаваша.

Познавательный материал об истории возникновения хлеба. Значение хлеба в питании человека. Ассортимент хлеба, хлебобулочных изделий. Требования к качеству хлеба. Использование черствого хлеба для приготовления блюд. Приготовление сухарей и сладких сухариков, бутербродов, чипсов. Техника безопасности при работе с ножом.

8. Бутерброды.

Многообразие продуктов, применяемых для приготовления бутербродов. Варианты оформления блюд. Приготовление бутербродов открытых, закрытых, закусочных: подготовка мясных, рыбных, гастрономических продуктов, нарезка продуктов и хлеба, оформление и отпуск бутербродов. Самостоятельное приготовление бутербродов (правильный подбор продуктов).

9. Молоко и молочные продукты. Сыроделие.

Ознакомление учащихся с питательной ценностью молока и молочных продуктов, со способами их производства и хранения, определение качества продуктов, рассматривание упаковок, определение срока годности. Получение на практике навыков в приготовлении молочных и молочнокислых блюд, приготовление блюд с использованием кисломолочных продуктов.

10. Яйца.

Расширение кругозора учащихся о пользе самого совершенного продукта питания. Формирование представлений о видах и питательной ценности яиц. Закрепление практических знаний о разновидности яичных продуктов и блюд.

11. Блюда из круп и макаронных изделий.

Виды круп. Польза круп для организма человека. Правила варки каш и гарниров.

12. Различные мучные блюда.

Разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, песочного, бисквитного теста. Выпечка блинов, оладий, хвороста, пиццы, пирогов.

13. Мясные и рыбные продукты.

Приобретение знаний и практических навыков обучающимися в вопросах технологии приготовления блюд из мяса, рыбы и морепродуктов. Формирование понятия о пищевой ценности мяса и рыбы, ознакомление учащихся с признаками доброкачественности продуктов, с первичной и тепловой обработкой.

14. Напитки, соки, морсы.

Горячие и холодные напитки. Как заваривать правильно чай? Сорты чая (лиственной, гранулированный, пакетированный). Приготовление морса из ягод. Почему человеку необходима вода? Когда и как надо пить воду? Полезные свойства чая и травяные сборы для чая. Квас, какао, компоты.

15. Чистящие и моющие средства.

Познакомить с различными видами моющих средств, их возможное использование и применение в соответствии с инструкциями. Правила пользования химическими веществами в быту.

16. Сервировка праздничного стола.

Умение сервировать и оформлять стол к различным праздникам (Новый год, день рождения, 8-ое марта).

17. Итоговое занятие: чему мы научились за год? Прием гостей, сервировка стола, правила поведения за столом. Приготовление блюд по выбору.

Предполагаемые результаты

Обучающиеся - средняя школа

Узнают:

- рецептуру технологии приготовления, требования к качеству, сроки и условия хранения блюд и кулинарных изделий;
- виды, свойства, и кулинарное назначение овощей, круп, макаронных изделий, мучных, мясных, рыбных и других доступных продуктов;
- признаки и методы определения доброкачественности продуктов;
- правила, приемы и последовательность выполнения операций по подготовке к тепловой обработке;
- назначение, правила пользования технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, посудой и правилами ухода за ними;
- безопасные санитарные требования к труду;
- этику поведения в различных местах, дома, в гостях.

Могут научиться:

- готовить блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки;
- готовить несложные первые и вторые блюда;
- варить картофель, каши, макаронные изделия;
- жарить картофель, блины, оладьи, выпекать вафли, пироги;
- процеживать, замешивать, измельчать, формировать, фаршировать, жарить, начинять изделия;
- приготавливать бутерброды, блюда из полуфабрикатов, консервов;
- заваривать чай, готовить морс из ягод;
- работать со специальной литературой;
- сервировать стол к чаю, к завтраку, обеду, к ужину;
- работать в группе, коллективе.

Учебно-методическое обеспечение программы

1. Кухонный инвентарь
2. Специальная одежда
3. Комплект наглядных пособий
4. Комплект открыток с рецептами
5. Тематические папки:

- Кухонная утварь
- Картофель. Всё об овощах.
- Крупы
- Макароны
- Первые блюда
- Вторые блюда
- Бутерброды
- Молочные и кисломолочные продукты
- Напитки горячие и холодные
- Пищевая ценность овощей
- Русская кухня
- Мясо и рыба
- Все о салатах
- Тесто. Пироги и торты
- Прием гостей
- Все о правильном питании
- Правила хранения продуктов
- Правила кулинарии
- Кулинарный словарь

Список литературы для педагога

1. Данилкин Ю.Н. «Советы по домоводству», изд. «Зеркало», 1992.
2. Дятлова Г.В., Хворостухина С.А. «Современная энциклопедия этикета», ТД издательство «Мир.», 2005.
3. Лежнева М. «Блины. Куличи. Пироги.» - изд. Эксмо, 2005.
4. Михайлов М.М. «Все для дома», МП Феникс, 1993.
5. Прием гостей «Уралкультуриздат», 1991.
6. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС,2003. – 304с.: ил.
7. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях I-II вида: пособие для учителя/ Т.С.Зыкова, Э.Н.Хотеева.-М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС,2004. – 199с.

8. Украшение блюд. Фантазии из овощей и фруктов. – М.: АСТ – ПРЕСС КНИГА, 2005.

Список литературы для обучающихся

1. Фантазии из овощей и фруктов, - М,: изд. «Ниола – Пресс», 2008.
2. Золотые правила кулинарии – М.: Эксмо, 2008.
3. Современный этикет и хорошие манеры. Изд. «Звонница», 2002.
4. Русская кухня. 1000 любимых рецептов. – М.: ЭСТ – ПРЕСС – КНИГА.
5. Степанова И. «Бутербродные торты» - М.: ЭКСМО, 2008.
6. Степанова И. «Праздничные бутерброды» - М.: ЭКСМО, 2008.
7. Шабельник Е.С., Каширцева Е.Г. «Ваши права» - ООО изд. «Вита – Пресс», 1997.