

**Областное государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Школа-интернат для обучающихся  
с ограниченными возможностями здоровья № 16»**

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1 от 29.08.2023

Утверждаю  
Директор ОГКОУ «Школа-интернат №16»  
*С.В. Фадеева*  
Приказ № 158 от 29.08.2023



**АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ПОВАРСКОЕ И КУЛИНАРНОЕ ДЕЛО»**

**Направленность: социальная**  
**Возраст обучающихся: 12-16 лет**  
**Срок реализации программы: 2 года**  
**Уровень программы: стартовый, базовый**

**Автор-разработчик:**  
**Ширшова Тамара Петровна –**  
**учитель технологии**

**Ульяновск**  
**2023 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Поварское и кулинарное дело» социально-гуманитарной направленности ориентирована на социокультурную реабилитацию детей с ОВЗ (ЗПР) в возрасте 12-16 лет. АДООП «Поварское и кулинарное дело» для детей с ОВЗ (ЗПР) предоставляет им возможность попробовать себя в роли повара и кулинара, сформировать навыки приготовления основных блюд.

Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ кулинарии, здорового образа жизни и рационального питания будет способствовать формированию у детей с ОВЗ определённых умений и навыков, необходимых во взрослой, самостоятельной жизни.

### **Программа разработана на основании следующих документов:**

#### ***Нормативно-правовые документы:***

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 28.06.2021 N 219-ФЗ);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» (ред. от 30.09.2020 N 533);
- Примерными адаптированными основными образовательными программами дошкольного образования, начального общего образования, основного общего образования для обучающихся в соответствии с нозологическими группами <https://fgosreestr.ru/>;
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы определяются**

- социальным запросом общества на обеспечение реализации прав

детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования;

- гуманистической парадигмой образования, ориентированной на создание равных возможностей для людей с ограниченными возможностями здоровья.

Дополнительная программа «Поварское и кулинарное дело» позволяет просто, весело и доступно включить детей с ОВЗ в интересную для них продуктивную деятельность. В процессе занятий совершенствуется сенсорное развитие детей, активизируются все органы чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), при этом раскрывается вся палитра ощущений и впечатлений, из которых складывается полноценный опыт приготовления пищи.

Даже самые простые кулинарные пробы в рамках программы становятся способом выражения личности, вызывают творческие переживания каждый раз, когда в результате приготовления одного и того же блюда, изменяя ингредиенты, способ приготовления или форму подачи, получается разный результат.

Немаловажен и социальный аспект занятий кулинарным делом: приготовление пищи не только для себя, показывает окружающим заботу о них, создает особый момент общения, повышает самооценку детей с ОВЗ.

Занятия по данному курсу позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего труда и творчества. У учащихся формируются навыки в приготовлении блюд и их эстетического оформления. Полученные знания помогут детям не только накормить семью, гостей, но и сделать, быть может, первый шаг в выбранной специальности.

**Направленность программы:** социально-гуманитарная

**Отличительные особенности (новизна) Программы**

В процессе обучения воспитанники с ОВЗ не только знакомятся с современными способами приготовления различных видов блюд, соусов и десертов, но и практически применяют полученные знания.

Основная часть предусмотренного программой времени отводится на практическую деятельность, направленную на закрепление умений и навыков, полученных на уроках технологии, а также обеспечивает межпредметные связи в обучении. В результате занятий учащиеся должны получить не только компетенции, знания и умения, отвечающие стандарту общего образования, но и закрепить свои практические навыки в условиях дома. Приобретенные на занятиях знания и навыки пригодятся им в повседневной жизни.

**Целевая аудитория:** Дети с ограниченными возможностями здоровья (ЗПР) от 12 до 16 лет.



## **Психологические особенности детей с ЗПР.**

Быстрая утомляемость, колебания работоспособности, неустойчивость эмоционально-волевой сферы у учащихся с ЗПР обычно сопровождаются сниженными показателями физического развития и физической подготовленности. Они с трудом приспосабливаются к детскому коллективу, им свойственны колебания настроения и повышенная утомляемость. Одной из характерных особенностей детей с задержкой в развитии является отставание в развитии у них пространственных представлений, недостаточная ориентировка в частях собственного тела. Характерной особенностью детей с задержкой психического развития является выраженное нарушение у большинства из них функции активного внимания. Рассеянность внимания, усиливающаяся по мере выполнения задания, свидетельствует о повышенной психической истощаемости ребенка.

Кроме того, для многих детей характерен ограниченный объем внимания, его фрагментарность, когда ребенок в определенный момент времени воспринимает лишь отдельные части предъявляемой ему информации.

Данный курс, отражает в своем содержании общие принципы профессиональной деятельности человека и все аспекты материальной культуры, направлен на овладение учащимися первичными навыками профессиональной деятельности в области кулинарного и поварского мастерства. В рамках курса происходит знакомство с миром профессий и ориентация школьников на работу в различных сферах производства питания, тем самым, обеспечивается преемственность перехода учащихся от общего к профессиональному образованию и трудовой деятельности.

**Реализация программы предусматривает учет особых образовательных потребностей адресной группы обучающихся, включая потребности в:**

- практико-ориентированном, действенном характере содержания;
- доступности содержания познавательных задач, реализуемых в процессе обучения;
- систематической актуализации сформированных у обучающихся знаний и умений, и одобряемых обществом норм поведения; обучении их «переносу» в другие ситуации;
- позитивных средствах стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрации доброжелательного и уважительного отношения к ним;
- специальном обучении способам усвоения общественного опыта – умений действовать совместно со взрослым по показу, подражанию по словесной инструкции

**Уровень программы** – стартовый, базовый.

**Объем** – 34 часа (стартовый уровень), 34 часа (базовый уровень).

Всего: 68 часов.

**Срок освоения программы** – 34 недели.

**Форма обучения** – очная.

### **Особенности организации образовательного процесса.**

Программа «Поварское и кулинарное дело» рассчитана на обучение детей с ОВЗ в группах до 12 человек, что позволяет индивидуализировать обучение, исключить травматизм при обучении и использовании сложной бытовой техники, электроприборов, ножей.

Обучение приготовлению простых блюд (бутербродов, салатов, несложных гарниров, супов, напитков) проводится в условиях, приближенных к домашней кухне, где имеются все необходимые электроприборы, оборудование, посуда и инвентарь.

Освоение приёмов приготовления каждой группы блюд начинается с обсуждения иллюстраций (фоторецептов).

Дискуссия «Почему именно этот?» обучает детей совершать адекватный выбор, выражать свою волю, договариваться. При этом сохраняется вариативность. Бутерброды могут быть с разными наполнителями, салаты-с разными фруктами и заправками и т.д. При определенной пищевой непереносимости, допустима замена одного или нескольких ингредиентов.

Далее ведется работа по усвоению алгоритма действий: определение наличия продуктов согласно рецептуре на кухне: найти шкаф, полку, сам продукт. Для этого пространство кухни должно быть четко структурировано.

**Цель программы:** создание условий для использования труда, как эффективного средства социализации и индивидуализации личности ребёнка с ОВЗ, формирование навыков самостоятельного приготовления разнообразной и здоровой пищи, подготовка детей к самостоятельной жизни в плане организации здорового образа жизни.

### **Задачи:**

#### ***Обучающие***

- Формирование навыков личной гигиены при работе на кухне.
- Расширение представлений о кухонном оборудовании и электроприборах, правилах безопасного пользования.
- Развитие представлений о способах хранения и переработки продуктов.
- Формирование умения готовить простые закуски (бутерброды, салаты из овощей, фруктов) и напитки (чай, какао, компот, смузи).
- Формирование умения приготовления кулинарных блюд из простых продуктов, требующих тепловую обработку (суп, кашу, яйца).

- Формирование элементарных умений работать с тестом (делать блины, несложную выпечку из готового слоеного теста), приготавливать простые десерты в микроволновке.

- Расширение представлений о профессии повара, профессии кулинара.

#### ***Воспитательные***

- Воспитание культуры общения, делового этикета.
- Воспитание готовности к взаимодействию в коллективе.
- Формирование самооценки в деятельности, используя для этой цели эталонные образцы.

- Формирование любви и уважения к традициям русской кухни.

#### ***Развивающие (включают коррекционные)***

- Формирование компетенции личной безопасности (обращение за помощью к взрослым, уклонение от опасности, ликвидации последствий внештатной ситуации).

- Обучение предварительному проговариванию этапов работы (начиная с конкретного действия, продолжая более развернутым планированием), уделяя особое внимание соответствию планируемого и выполненного.

- Формирование и закрепление навыков продуктивного взаимодействия со сверстниками.

### **Срок реализации Программы**

Программа «Поварское и кулинарное дело» рассчитана на два года обучения (первый год обучения – стартовый уровень – 34 часа; второй год обучения – базовый уровень – 34 часа).

Общее количество учебных часов: 68 часов

## **Основные методы обучения:**

### ***Наглядные:***

- наблюдение, позволяющее обучающимся следить за развитием реальных событий, действий, явлений (показ педагогом способов и приемов приготовления определенных блюд; действия покупателей, консультантов, кассиров в магазине; изменения цвета, консистенции продуктов при смешивании, дроблении, тепловой обработке и т. д);
- иллюстративные: различного рода иллюстрации в кулинарных книгах, фотографии готовых блюд, последовательности приготовления, схемы, визуальные подсказки;
- демонстрационные - демонстрация видеосюжета и мультфильма о поведении героев в чрезвычайной ситуации пожарной тревоги и аварийной ситуации на дороге, видеоурока шеф-повара и т.д.

***Практические:*** тренировочные упражнения, помогающие овладеть навыком пользования кулинарными приспособлениями и инструментами (ножом, венчиком, скалкой и др.) При необходимости, в начале упражнений используется прием «рука в руке», для создания алгоритма движения. Все упражнения комментируются педагогом и периодически повторяются.

***Словесные:*** рассказ, объяснение, беседа (в том числе с элементами эвристической). Вопросы ставятся перед всей группой обучающихся. В случае отсутствия ответа вопросы упрощаются, формулировка может содержать скрытый ответ. Правильные ответы одобряются, неправильные – аргументируются и комментируются.

***Игровые:*** дидактические игры с визуальной опорой, игры-аппликации, имитационные игры.

Учебный план (первый год обучения) – стартовый уровень.

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I.</b>	<b>Введение.</b>				
1.	Правила личной безопасности. Знакомство с кабинетом. Пути эвакуации. Поведение при Чрезвычайной ситуации.	1	1	0	Устный опрос
<b>II.</b>	<b>Кулинарные оборудование, инструменты и приспособления. Техника безопасности.</b>				
2.	Очень важные правила кухни. Личная гигиена. Форма одежды.	1	1	0	Устный опрос
3.	Холодильник. Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка. Устройство. Правила эксплуатации.	1	1	0	Тест-игра
<b>III.</b>	<b>Бутерброды.</b>				
4.	Что такое бутерброд? Конструктор полезного бутерброда.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
5.	Способы приготовления бутербродов (тостер) подачи бутербродов на стол.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
6.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>IV.</b>	<b>Салаты.</b>				
7.	Виды салатов. Конструктор салатов.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
8.	Правила обработки овощей и фруктов. Овощерезки. Способы приготовления и оформления овощей и фруктов.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
9.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>V.</b>	<b>Гарниры</b>				
10.	Крупяные и бобовые. Особенности подготовки и приготовления каши.	1	1	0	Устный опрос.
11. 12.	Любимые гарниры. Картофель фри. Пюре. Инструменты и приспособления.	2	1	1	Готовая работа.
13.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>VI.</b>	<b>Выпечка. Десерты.</b>				
14.15.	Тесто. Дрожжевое.	2	1	1	Устный опрос
16.17.	Пиццу любят все!	2	1	1	Готовое блюдо.
18. 19.	Блинное тесто. Способы приготовления. Электроплита, электроблинница.	2	1	1	Устный опрос.
20.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>VII.</b>	<b>Блюда из яиц.</b>				
21.22.	Омлет в микроволновке.	2	1	1	Готовое блюдо.
<b>VIII.</b>	<b>Напитки.</b>				
23. 24.	Горячие напитки. Чай. Кофе, какао. Кисель. Конструктор напитков. Сервировка чайного стола.	2	1	1	Устный опрос.
25. 26.	Холодные напитки. Компот. Сок. Смузи. Морс. Конструктор напитков.	2	1	1	Готовое блюдо.
27.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>IX.</b>	<b>Супы.</b>				
28.29.	Супы холодные и горячие. Заправка для супа.	2	1	1	Устный опрос.
30.31.	Приготовление быстрого куриного супа.	2	1	1	Готовое блюдо.
32.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
33.34.	День открытых дверей. Итоговое занятие.	2	0	2	Готовое блюдо.
<b>Всего</b>		<b>34</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	

## Учебный план (второй год обучения) – базовый уровень.

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I. Введение.</b>					
1.	Правила личной безопасности. Знакомство с кабинетом. Пути эвакуации. Поведение при Чрезвычайной ситуации.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
<b>II. Кулинарные оборудование, инструменты и приспособления. Техника безопасности.</b>					
2.	Очень важные правила кухни. Личная гигиена. Форма одежды.	1	1	0	Устный опрос
3.	Холодильник. Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка. Устройство. Правила эксплуатации.	1	1	0	Тест-игра
<b>III. Бутерброды.</b>					
4.	Что такое бутерброд? Конструктор полезного бутерброда.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
5.	Способы приготовления бутербродов (тостер) подачи бутербродов на стол.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
6.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>IV. Салаты.</b>					
7.	Виды салатов. Конструктор салатов.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
8.	Правила обработки овощей и фруктов. Овощерезки. Способы приготовления и оформления овощей и фруктов.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
9.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>V. Гарниры</b>					
10.	Крупяные и бобовые. Особенности подготовки и приготовления каши.	1	1	0	Устный опрос.
11.	Что такое паста? Правила приготовления, варианты подачи.	1	0,5	0,5	Готовая работа.
12.	Любимые гарниры. Картофель фри. Пюре.	2	1	1	Готовая работа.
13.	Инструменты и приспособления.				
14.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>VI. Выпечка. Десерты.</b>					
15.	Тесто. Дрожжевое. Песочное. Слоёное.	1	1	0	Устный опрос.
16.17.	Пиццу любят все!	2	1	1	Готовое блюдо.
18.	Блинное тесто. Способы приготовления.	2	1	1	Устный опрос.
19.	Электроплита, электроблинница.				
20.21.	Слоёное тесто. «Пельмешки» из яблок.	2	1	1	Готовое блюдо.
22.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>VII. Блюда из яиц.</b>					
23.	Омлет в микроволновке.	1	0,5	0,5	Готовое блюдо.
<b>VIII. Напитки.</b>					
24.	Горячие напитки. Чай. Кофе, какао. Кисель.	2	1	1	Устный опрос.
25.	Конструктор напитков. Сервировка чайного стола.				
26.	Холодные напитки. Компот. Сок. Смузи. Морс.	2	1	1	Готовое блюдо.
27.	Конструктор напитков.				
28.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
<b>IX. Супы.</b>					
29.30.	Супы холодные и горячие. Заправка для борща.	2	1	1	Устный опрос.
31.32.	Готовим щи.	2	1	1	Готовое блюдо.
33.	Моя кулинарная книга.	1	0	1	Рецепт.
34.	<b>День открытых дверей. Итоговое занятие.</b>	1	0	1	Готовое блюдо.
<b>Всего</b>		<b>34</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	

**Содержание учебного план (первый год обучения) – стартовый уровень.**

## **1. Введение.**

***Правила личной безопасности. Знакомство со зданием, кабинетом. Пути эвакуации. Поведение при ЧС.***

*Теория:* Знакомство. Обзорная экскурсия по учебному кабинету. Правила посещения занятий. Осмотр путей эвакуации и пояснения о действиях в случае чрезвычайных ситуаций. Соотнесение плана эвакуации с реальными путями эвакуации (лестницы, коридоры, двери), словесная инструкция «идем направо», «прямо», «вниз».

Демонстрация действий при оповещении о ЧС. Имитация звуковой сирены (учебный вариант с более тихим звуком). Просмотр видео -инструкции «Что делать при пожаре детям», обсуждение (по возможности) необходимости звуковой сирены, обыгрывание ситуации очень громкого сигнала, комментирование действий при включении сирены.

*Практика:* Тренировочный выход из кабинета/здания по сигналу звуковой сирены («Пожарная тревога»). Обсуждение предполагаемого поведения в случае пожара. Беседа о других опасных ситуациях.

*Текущий контроль:* Педагогическое наблюдение. Выявление уровня осведомленности о правилах безопасного поведения в общественном здании и по пути в центр творчества.

## **Раздел 2. «Кулинарные оборудование, инструменты и приспособления. Техника безопасности».**

***Тема:*** «Очень важные правила кухни. Личная гигиена. Форма одежды»

*Теория:* Поварское дело. Повар. Кулинария. Кулинар.

Кухонное оборудование и инвентарь. Электроприборы на кухне: чайник, тостер, сэндвичница, миксер. Приспособления для кулинара: овощечистка, яблокорезка, венчик, картофелемялка, терка для сыра.

Требования к личной гигиене и к одежде (волосы убраны под косынку, колпак или одноразовую шапочку, чистая форма/фартук, рукава закатаны, украшения сняты, специальные рабочие штаны, специальная закрытая обувь без каблука.

*Практика:* Упражнение на умение правильного ношения спецодежды повара (специального головного убора, фартука). Мытье рук в соответствии с инструкцией, отработка умений тщательно мыть руки с мылом, вытирать полотенцем, тренировочные упражнения с тостером, яблокорезкой, теркой.

*Текущий контроль:* Устный опрос с опорой на плакат «Проверь себя: Правильно ли ты одет?» Обучающийся демонстрирует приемы правильного надевания головного убора, фартука, объясняет правила пользования тостером.

***Тема:*** «Холодильник. Варочная панель. Духовой шкаф.

*Микроволновка Устройство. Правила хранения различных продуктов. Техника безопасности»*

*Теория:* История холодильника. Просмотр мультфильма «Фиксики. Холодильник». Правила эксплуатации холодильника. Зоны хранения разных продуктов. Лайфхаки хранения.

Кухонное оборудование, помогающее приготовить и подогреть пищу. Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка. Устройство. Правила

эксплуатации. Техника безопасности. Правила поведения при возгорании масла на сковороде.

*Практика:* Дидактическая игра «Заполни холодильник»: нахождение на рекламных листовках сетей продуктовых магазинов изображений продуктов, которые хранятся в холодильнике, вырезывание и заполнение изображениями (наклеивание или просто накладывание) схемы холодильника с открытой дверкой. Просмотр и обсуждение мультфильма Фиксики. Микроволновка». Тренировочные включение и выключение приборов, установка режима времени, мощности.

*Текущий контроль:* Тестирование «Разложи продукты по полкам холодильника». Тест-он-лайн Бытовые электроприборы на кухне.

### **Раздел 3. «Бутерброды».**

*Тема:* «Что такое бутерброд?»

*Теория:* Хлеб и начинка. Холодный, горячий бутерброды. Говорящие названия: открытые, закрытые, закусочные бутерброды. Бутерброд. Сэндвич. Бургер.

*Практика:* Конструктор бутерброда. Основа. Наполнитель.

Дополнительные ингредиенты Лепка модели бутерброда из мягкого пластилина. Раскатывание в пласт определенной толщины вырезывание квадратных, круглых форм из пластилина, подходящего цвета, декорирование. Подготовка к работе с продуктами. Спецдежда. Мытье рук. Рабочая поверхность стола. Разделочные доски. Ножи. Техника безопасности при работе с колющими и режущими инструментами. Состав продуктов. Приготовление простого открытого бутерброда на выбор (из имеющихся продуктов). Совместное обсуждение «бутербродов».

*Текущий контроль:* Устный опрос: рассказ обучающихся о правилах мытья рук, спецдежде повара, безопасных правилах работы ножом.

*Тема:* «Способы приготовления (тостер, сэндвичница) и подачи бутербродов на стол»

*Теория:* Правила эксплуатации оборудования, инвентарь и инструменты, необходимые для приготовления бутербродов (разделочная доска, нож, кольцо -форма для вырезания, салфетки, ведро для мусора, щетка-сметка для крошек, совок) Подготовка продуктов к закладке в тостер/ сэндвичницу.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецдежда. Мытье рук. Приготовление открытых и закрытых бутербродов с наполнителями по выбору. Украшение бутербродов. Выкладка на тарелку (блюдо, доска и т.п.) Совместная уборка рабочего места, мытье посуды, столов.

*Текущий контроль:* Готовая работа. Демонстрация обучающимися алгоритма приготовления простого и закрытого бутерброда.

*Тема:* «Моя кулинарная книга. Запись пошагового рецепта в кулинарную книгу»

### **Раздел 4. Салаты.**

*Тема:* «Какие салаты бывают? Овощной. Фруктовый»

*Теория:* Салат (блюдо из мелко накрошенных кусочков овощей, мяса, рыбы, яиц, грибов, фруктов в холодном виде). Рыбные, мясные, овощные и фруктовые. Виды заправки для салата: растительное масло, майонез,

сметана, йогурт, соевый соус, уксус, квас. Сроки и место хранения продукции. Нож (кончик ножа, середина, «пятка») Правила пользования ножом. Просмотр фрагмента видеоролика «Как научиться резать ножом. Шеф-повар учит резать» Составление фруктовых салатов. Заправка для фруктового салата.

*Практика:* Конструктор салатов. Дидактическая игра - аппликация «Я повар. Фруктовый салат».

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Упражнения на правильную постановку рук (пальцев) и ножа. Нарезка брусочками и кубиками.

*Текущий контроль.* Устный опрос. Какие фрукты нужны для приготовления салата, состав заправки? Время и место хранения готового салата. Техника безопасности при работе с ножом.

**Тема:** «Правила мытья овощей и фруктов. Овощерезки»

*Теория:* Приемы и правила мытья, овощей и фруктов. Инструменты инвентарь, необходимые для мытья и подготовки фруктов к приготовлению салата (миска для мытья фруктов, бумажное полотенце, салфетки, ведро для мусора) Способы приготовления и оформления овощей и фруктов.

*Практика.* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Мытье фруктов с замачиванием в содово-солевом растворе.

Дегустация разных по структуре и вкусу фруктов и овощей.

Приготовление салата. Техника нарезки мягких и более жестких фруктов, специальные приспособления (яблокорезка). Правила смешивания с наполнителем (йогурт, мороженое, растительное масло). Совместная уборка рабочего места. Распределение обязанностей.

*Текущий контроль.* Педагогическое наблюдение. Выполнение правил подготовки фруктов к нарезке, взаимоотношения в процессе уборки. Соблюдение техники безопасности.

**Тема:** «Моя кулинарная книга».

## **Раздел 5. Гарниры**

**Тема:** «Крупяные и бобовые. Особенности подготовки и приготовления»

*Теория:* Откуда каша пришла. Соотношение воды и крупы. Мерка (стакан) Правильные пропорции. Подготовка крупы к варке.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Измерение сыпучих круп (гречка, рис), воды одинаковой меркой.

Соединение ингредиентов в кастрюле (простой вариант-гречка + вода) по схеме. Пошаговая инструкция педагога по мере выполнения действий: Включение варочной панели, регулирование температурного режима. (при отсутствии плиты или низком уровне бытовых навыков -заваривание каши быстрого приготовления кипятком: включение электрочайника, высыпание пакета быстрой каши в чашку, после отключения чайника – заливка каши кипятком, помещение чашки в микроволновку, закрытие дверки, включение на 1 минуту по маркированной метке, после звукового сигнала, открытие микроволновки, добавление в кашу наполнителя: сахара, меда, ягод). Зарисовка (эскиз) рецепта с учётом пропорций.

*Текущий контроль:* Устный опрос по мере выполнения операций: что сначала, что потом?

**Тема:** «Любимые гарниры. Картофель Фри. Пюре. Инструменты и приспособления. Духовой шкаф».

**Теория:** Картофель. Блюда из картофеля. Подготовка картофеля (мытьё, очистка от кожуры с помощью овощечистки) к приготовлению блюда (по выбору: по-деревенски, фри в духовке, пюре).

**Практика:** Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытьё рук. Снятие кожуры с картофеля овощечисткой, нарезка брусочками, дольками. Сбрызгивание нарезанного картофеля растительным маслом, добавление специй (соль, паприка, куркума), смешивание ингредиентов в миске, раскладка на решетку духового шкафа (на кулинарный коврик), включение таймера и температурного режима. После отключения таймера – оказание помощи при вынимании из духовки.

Вариант «пюре»: наполнение кастрюли с очищенным картофелем водой, размещение на плите (размер конфорки равен диаметру посуды), добавление соли, включение. По мере готовности (способ проверки: кончиком ножа) – оказание помощи при сливе жидкости. Меры предосторожности. Превращение картофеля в пюре с помощью картофелемялки. Добавление масла. Совместная уборка помещения.

**Текущий контроль:** Готовая работа. Объяснение обучающимися последовательности приготовления картофеля по выбранному рецепту.

**Тема:** «Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта».

## **Раздел 6. Выпечка. Десерты.**

**Тема:** «Тесто. Дрожжевое»

**Теория:** Разновидности и характеристики теста для выпечки.

**Практика:** Приготовление «дрожжевого» теста и выполнение тренировочной лепки «пирожков» с начинкой. Деление целого куска на части. Тренировочные упражнения с тестом. Раскатывание лепешки из кусочка скалкой.

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытьё рук. Работа со слоеным тестом: разрезание пласта ножом для пиццы на квадраты (печенье), смазывание поверхности растительным маслом с помощью кулинарной кисти, присыпка сахаром Оформление печенья узором с помощью вилки. Загрузка в духовой шкаф. Выпечка (включение таймера на 20 минут, температурного режима на 180 градусов, духового шкафа). Дегустация.

**Текущий контроль** Устный опрос: виды теста, алгоритм приготовления простого печенья.

**Тема:** «Пиццу любят все».

**Теория:** История пиццы. Основной ингредиент. Виды пицц. Просмотр мультфильма «Пиццу обожают все вокруг» Барбарика.

**Практика:** Игра аппликация Я повар. Моя пицца.

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытьё рук. Приготовление пиццы из готового дрожжевого теста, колбасы, сыра, томатов. Раскатывание колобка из теста в круглую лепешку на смазанный растительным маслом противень с помощью пальцев (без скалки). В случае гиперчувствительности предложить работать в перчатках. Подготовка колбасы (нарезка соломкой), томатов (нарезка кружочками), сыра (измельчение на терке). Смешивание соуса из томатной пасты

и майонеза. Выкладывание продуктов на основу по схеме. Выпечка в духовке 12-15 минут при температуре 200 градусов. По готовности пиццы- порционный раздел ножом для пиццы (4- 8 частей).

Текущий контроль: Готовая работа. Освоение алгоритма приготовления пиццы.

**Тема:** «Блинное тесто. Способы приготовления. Электроплита. Электроблинница».

**Теория:** Жидкое тесто(блинное, кляр). Состав и способ приготовления.

**Практика:** Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Приготовление блинного теста: смешивание ингредиентов по визуальной подсказке до состояния жидкой сметаны. Мука, теплое молоко, яйца, соль, сахар, разрыхлитель, растительное масло. Использование миксера для смешивания блинного теста.

В случае боязни электроприбора и отказа вымешивать тесто миксером, смешивание ручным венчиком. Выпекание блинчиков на электроблиннице. Вариант: выпечка на сковороде.

Определение готовности одной стороны блина (подсыхание верхнего слоя, появление «корочки с дырочками». Переворачивание блина с помощью кулинарной лопатки.

Текущий контроль Готовая работа. Освоение способа приготовления и выпечки блинов

**Тема:** «Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта.

## **Раздел 7. Блюда из яиц.**

**Тема** «Омлет в микроволновке»

**Теория:** Способы приготовления яиц. Использование яиц в первых, вторых блюдах, в выпечке. Хранение и обработка яиц перед употреблением. Пасхальные традиции окрашивания яиц.

**Практика:** приготовление омлета в микроволновке: смешивание яйца с молоком миксером или венчиком, добавление соли, смазывание кружки маслом, заполнение до 2/3, включение микроволновки на 5 мин.

Текущий контроль Педагогическое наблюдение. Перенос прошлого опыта приготовления в микроволновке на новую ситуацию.

## **Раздел 8. Напитки**

**Тема:** «Горячие напитки. Чай, кофе, какао»

**Теория:** История чая, кофе, какао. Виды чая. Правила заваривание чая.

**Практика:** Дегустация растворимых кофе и какао (Нестле).

Определение/ описание вкуса. Оказание помощи в формулировках. Самостоятельное приготовление чая: наполнение чайника фильтрованной водой, включение его в сеть, ополаскивание заварочного чайника горячей водой, добавление в него сухого чая и кипятка. Меры предосторожности. Настаивание. Сервировка чайного стола по схеме.

Текущий контроль Готовая работа. Демонстрация приготовления чая по визуальной опоре.

**Тема:** «Прохладительные напитки»

**Теория:** Коктейль. Компот. Морс. Смюзи. Сок. Конструктор напитков.

**Практика:** Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук.

Приготовление напитка по выбору из имеющегося набора продуктов.

Текущий контроль Диагностическая игра «Я повар. Делаем напитки».

**Тема:** Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта.

## **Раздел 9. Супы**

**Тема:** «Супы холодные и горячие. Заправка для супа. Правила нарезки овощей для супа»

**Теория:** Щи, борщ, суп. Состав. Способы приготовления. Нарезка моркови соломкой, брусочками, кубиками, лука-кольцами/полукольцами. Правила безопасного держания ножа. Пассерование.

**Практика:** Дидактическая игра «Варим суп» Классификация овощей и фруктов. Подбор карточек- картинок с изображением продуктов для борща, щей, супа. Взаимопроверка. Определение названия блюда по составу продуктов.

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Подготовка овощей к пассерованию. Нарезка пластинок из моркови, затем соломкой. Оказание помощи в заготовке пластинок из целой моркови.

**Текущий контроль** Готовая работа. Совместный анализ выполнения нарезки овощей. Зависимость внешнего вида готового продукта от качества выполнения нарезки овощей

**Тема:** «Приготовление быстрого куриного супа».

**Теория:** Объяснение способа приготовления. Фиксация названий/ картинок необходимых продуктов на доске.

**Практика:** Подготовка к работе с продуктами. Подбор кастрюли для варки супа, заполнение водой. Нарезка овощей знакомым способом (соломка, кубики, полукольца). Алгоритм приготовления: нарезанный картофель, опускаем в кипящую воду.- Обжарка маленьких кусочков куриной грудки на растительном масле на сковороде (3 мин.) - добавление к мясу моркови, лука - обжаривание в течение 2 -3 минут- перевалка овощей с мясом в кастрюлю с картофелем, добавление соли, специй - отваривание в течение 3 минут- добавление вермишели, зелени – выключение плиты через 3 минуты (времени варки вермишели или лапши) - настаивание в течение 5 минут – дегустация. Совместная уборка рабочего места.

**Текущий контроль:** Практическая работа. Обсуждение возможности повторения приготовления блюда в домашних условиях по фоторецепту.

**Тема:** «Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта.

**Итоговое занятие.**

**Планируемые результаты обучения (стартовый уровень):**

## **Предметные**

### **Личностные :**

- Повысят свой коммуникативный уровень;
- Научатся работать в команде, группе;
- Понимать меру ответственности за результат своего конечного продукта;
- Осознают необходимость ЗОЖ;
- Познакомятся с основами поварского дела.

### **Метапредметные:**

Обучающиеся научатся:

- Планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации;
- Проявлять инициативу действия в межличностном сотрудничестве;
- Использовать внешнюю и внутреннюю речь для целеполагания, планирования и регуляции своей деятельности.

Обучающиеся получают возможность:

- Уметь анализировать и синтезировать необходимую информацию;
- Повысить творческую активность и самостоятельность;
- Самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

### **Предметные:**

В ходе реализации программы учащиеся сформируются:

- Расширение знаний о профессии «повар» в работе с дополнительными источниками информации;
- Знакомства с особенностями кулинарных традиций разных народов;
- Получат первичные навыки приготовления отдельных блюд.

## 1. Введение.

### *Правила личной безопасности. Знакомство со зданием, кабинетом. Пути эвакуации. Поведение при ЧС.*

*Теория:* Знакомство. Обзорная экскурсия по учебному кабинету. Правила посещения занятий. Осмотр путей эвакуации и пояснения о действиях в случае чрезвычайных ситуаций. Соотнесение плана эвакуации с реальными путями эвакуации (лестницы, коридоры, двери), словесная инструкция «идем направо», «прямо», «вниз». Демонстрация действий при оповещении о ЧС. Имитация звуковой сирены (учебный вариант с более тихим звуком). Просмотр видео-инструкции «Что делать при пожаре детям», обсуждение (по возможности) необходимости звуковой сирены, обыгрывание ситуации очень громкого сигнала, комментирование действий при включении сирены.

*Практика:* Тренировочный выход из кабинета/здания по сигналу звуковой сирены («Пожарная тревога»). Обсуждение предполагаемого поведения в случае пожара. Беседа о других опасных ситуациях.

*Текущий контроль:* Педагогическое наблюдение. Выявление уровня осведомленности о правилах безопасного поведения в общественном здании и по пути в центр творчества.

### **Раздел 2. «Кулинарные оборудование, инструменты и приспособления. Техника безопасности».**

*Тема: «Очень важные правила кухни. Личная гигиена. Форма одежды»*

*Теория:* *Поварское дело. Повар.* Кулинария. Кулинар. Кухонное оборудование и инвентарь. Электроприборы на кухне: чайник, тостер, сэндвичница, миксер. Приспособления для кулинара: овощечистка, яблокорезка, венчик, картофелемялка, терка для сыра. Требования к личной гигиене и к одежде (волосы убраны под косынку, колпак или одноразовую шапочку, чистая форма/фартук, рукава закатаны, украшения сняты, специальные рабочие штаны, специальная закрытая обувь без каблука.

*Практика:* Упражнение на умение правильного ношения спецодежды повара (специального головного убора, фартука). Мытье рук в соответствии с инструкцией, отработка умений тщательно мыть руки с мылом, вытирать полотенцем, тренировочные упражнения с тостером, яблокорезкой, теркой.

*Текущий контроль:* Устный опрос с опорой на плакат «Проверь себя: Правильно ли ты одет?» Обучающийся демонстрирует приемы правильного надевания головного убора, фартука, объясняет правила пользования тостером.

*Тема: «Холодильник. Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка Устройство. Правила хранения различных продуктов. Техника безопасности»*

*Теория:* История холодильника. Просмотр мультфильма «Фиксики. Холодильник». Правила эксплуатации холодильника. Зоны хранения разных продуктов. Лайфхаки хранения.

Кухонное оборудование, помогающее приготовить и подогреть пищу.

Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка. Устройство. Правила эксплуатации. Техника безопасности. Правила поведения при возгорании масла на сковороде.

*Практика:* Дидактическая игра «Заполни холодильник»: нахождение на рекламных листовках сетей продуктовых магазинов изображений продуктов, которые хранятся в холодильнике, вырезывание и заполнение изображениями (наклеивание или просто накладывание) схемы холодильника с открытой дверкой. Просмотр и обсуждение мультфильма Фиксики. Микроволновка». Тренировочные включение и выключение приборов, установка режима времени, мощности.

*Текущий контроль:* Тестирование «Разложи продукты по полкам холодильника». Тест-он-лайн «Бытовые электроприборы на кухне».

### **Раздел 3. «Бутерброды».**

*Тема:* «Что такое бутерброд?»

*Теория:* Хлеб и начинка. Холодный, горячий бутерброды. Говорящие названия: открытые, закрытые, закусочные бутерброды. Бутерброд. Сэндвич. Бургер.

*Практика:* Конструкторбутерброда. Основа. Наполнитель. Дополнительные ингредиенты Лепка модели бутерброда из мягкого пластилина. Раскатывание в пласт определенной толщины вырезывание квадратных, круглых форм из пластилина, подходящего цвета, декорирование. Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Рабочая поверхность стола. Разделочные доски. Ножи. Техника безопасности при работе с колющими и режущими инструментами. Состав продуктов. Приготовление простого открытого бутерброда на выбор (из имеющихся продуктов). Совместное обсуждение «бутербродов».

*Текущий контроль:* Устный опрос: рассказ обучающихся о правилах мытья рук, спецодежде повара, безопасных правилах работы ножом.

*Тема:* «Способы приготовления (тостер, сэндвичница) и подачи бутербродов на стол»

*Теория:* Правила эксплуатации оборудования, инвентарь и инструменты, необходимые для приготовления бутербродов (разделочная доска, нож, кольцо -форма для вырезания, салфетки, ведро для мусора, щетка-сметка для крошек, совок) Подготовка продуктов к закладке в тостер/ сэндвичницу.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Приготовление открытых и закрытых бутербродов с наполнителями по выбору. Украшение бутербродов. Выкладка на тарелку (блюдо, доска и т.п.) Совместная уборка рабочего места, мытье посуды, столов.

*Текущий контроль:* Готовая работа. Демонстрация обучающимися алгоритма приготовления простого и закрытого бутерброда.

*Тема:* «Моя кулинарная книга. Запись пошагового рецепта.

### **Раздел 4. Салаты.**

*Тема:* «Какие салаты бывают? Овощной. Фруктовый»

*Теория:* Салат (блюдо из мелко накрошенных кусочков овощей, мяса, рыбы, яиц, грибов, фруктов в холодном виде). Рыбные, мясные, овощные и фруктовые. Виды заправки для салата: растительное масло, майонез, сметана, йогурт, соевый соус, уксус, квас. Сроки и место хранения продукции. Нож (кончик ножа, середина, «пятка») Правила пользования ножом. Просмотр фрагмента видеоролика «Как научиться резать ножом. Шеф-повар учит резать» Составление фруктовых салатов. Заправка для фруктового салата.

*Практика:* Конструктор салатов. Дидактическая игра - аппликация «Я повар. Фруктовый салат».

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Упражнения на правильную постановку рук (пальцев) и ножа. Нарезка брусочками и кубиками.

*Текущий контроль.* Устный опрос. Какие фрукты нужны для приготовления салата, состав заправки? Время и место хранения готового салата. Техника безопасности при работе с ножом.

**Тема:** «Правила мытья овощей и фруктов. Овощерезки»

*Теория:* Приемы и правила мытья, овощей и фруктов. Инструменты и инвентарь, необходимые для мытья и подготовки фруктов к приготовлению салата (миска для мытья фруктов, бумажное полотенце, салфетки, ведро для мусора) Способы приготовления и оформления овощей и фруктов

*Практика.* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Мытье фруктов с замачиванием в содово-солевом растворе. Дегустация разных по структуре и вкусу фруктов и овощей. Приготовление салата. Техника нарезки мягких и более жестких фруктов, специальные приспособления (яблокорезка). Правила смешивания с наполнителем (йогурт, мороженое, растительное масло). Совместная уборка рабочего места. Распределение обязанностей.

*Текущий контроль.* Педагогическое наблюдение. Выполнение правил подготовки фруктов к нарезке, взаимоотношения в процессе уборки. Соблюдение техники безопасности.

**Тема:** «Моя кулинарная книга.

## **Раздел 5. Гарниры**

**Тема:** «Крупяные и бобовые. Особенности подготовки и приготовления»

*Теория:* Откуда каша пришла. Соотношение воды и крупы. Мерка (стакан) Правильные пропорции. Подготовка крупы к варке.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Измерение сыпучих круп (гречка, рис), воды одинаковой меркой. Соединение ингредиентов в кастрюле (простой вариант-гречка + вода) по схеме. Пошаговая инструкция педагога по мере выполнения действий: Включение варочной панели, регулирование температурного режима. (при отсутствии плиты или низком уровне бытовых навыков -заваривание каши быстрого приготовления кипятком: включение электрочайника, высыпание пакета быстрой каши в чашку, после отключения чайника – заливка каши кипятком, помещение чашки в микроволновку, закрытие дверки, включение на 1 минуту по маркированной метке, после звукового сигнала, открытие микроволновки, добавление в кашу наполнителя:

сахара, меда, ягод). Зарисовка (эскиз) рецепта с учётом пропорций.

*Текущий контроль:* Устный опрос по мере выполнения операций: что сначала, что потом?

**Тема:** «Что такое паста. Правила приготовления, варианты подачи блюда из макарон. Самый простой завтрак».

*Теория:* Макароны изделия. Сходство, различия, наименования. Вкусовые предпочтения. Правила приготовления. Объем посуды и воды для отваривания макаронных изделий.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Наполнение кастрюли водой, нагревание на плите до кипения. Отваривание макарон. Дополнение к гарниру по выбору (сыр, сосиски, сахар). Подготовка сыра и сосисок к подаче: сыр, натертый на терке, сосиски отварные.

*Текущий контроль* Готовая работа. Совместный анализ выполнения правил.

**Тема:** «Любимые гарниры. Картофель Фри. Пюре. Инструменты и приспособления. Духовой шкаф».

*Теория:* Картофель. Блюда из картофеля. Подготовка картофеля (мытьё, очистка от кожуры с помощью овощечистки) к приготовлению блюда (по выбору: по-деревенски, фри в духовке, пюре).

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Снятие кожуры с картофеля овощечисткой, нарезка брусочками, дольками. Сбрызгивание нарезанного картофеля растительным маслом, добавление специй (соль, паприка, куркума), смешивание ингредиентов в миске, раскладка на решетку духового шкафа (на кулинарный коврик), включение таймера и температурного режима. После отключения таймера – оказание помощи при вынимании из духовки.

Вариант «пюре»: наполнение кастрюли с очищенным картофелем водой, размещение на плите (размер конфорки равен диаметру посуды), добавление соли, включение. По мере готовности (способ проверки: кончиком ножа) – оказание помощи при сливе жидкости. Меры предосторожности. Превращение картофеля в пюре с помощью картофелемялки. Добавление масла. Совместная уборка помещения.

*Текущий контроль:* Готовая работа. Объяснение обучающимися последовательности приготовления картофеля по выбранному рецепту.

**Тема:** «Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта».

## **Раздел 6. Выпечка. Десерты.**

**Тема:** «Тесто. Дрожжевое. Песочное. Слоеное. Простое печенье».

*Теория:* Разновидности и характеристики теста для выпечки. *Практика:* Приготовление «соленого» теста и выполнение тренировочной лепки «пирожков» с начинкой. Деление целого куска на части.

Тренировочные упражнения с тестом. Раскатывание лепешки из кусочка скалкой. Нарезка «лапши» стеклой, одноразовым пластиковым ножом, металлическим ножом с закругленным кончиком. Раскатывание колбасок, жгутиков между ладонями. Вырезывание круга из пласта с помощью стакана, сервировочного кольца. Вырезание кольца из пласта теста с помощью двух емкостей разного диаметра. Склеивание двух

пластов с помощью вилки приемами нажатия на оба слоя теста.

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Работа со слоеным тестом: разрезание пласта ножом для пиццы на квадраты (печенье), смазывание поверхности растительным маслом с помощью кулинарной кисти, присыпка сахаром Оформление печенья узором с помощью вилки. Загрузка в духовой шкаф. Выпечка (включение таймера на 20 минут, температурного режима на 180 градусов, духового шкафа).

Дегустация.

*Текущий контроль:* Устный опрос: виды теста, алгоритм приготовления простого печенья.

**Тема:** «Пиццу любят все».

*Теория:* История пиццы. Основной ингредиент. Виды пицц. Просмотр мультфильма «Пиццу обожают все вокруг» Барбарика.

*Практика:* Игра аппликация Я повар. Моя пицца.

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Приготовление пиццы из готового дрожжевого теста, колбасы, сыра, томатов. Раскатывание колобка из теста в круглую лепешку на смазанный растительным маслом противень с помощью пальцев (без скалки). В случае гиперчувствительности предложить работать в перчатках. Подготовка колбасы (нарезка соломкой), томатов (нарезка кружочками), сыра (измельчение на терке). Смешивание соуса из томатной пасты и майонеза. Выкладывание продуктов на основу по схеме. Выпечка в духовке 12-15 минут при температуре 200 градусов. По готовности пиццы- порционный раздел ножом для пиццы (4- 8 частей).

*Текущий контроль:* Готовая работа. Освоение алгоритма приготовления пиццы.

**Тема:** «Блинное тесто. Способы приготовления. Электроплита. Электроблинница».

*Теория:* Жидкое тесто (блинное, кляр). Состав и способ приготовления.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Приготовление блинного теста: смешивание ингредиентов по визуальной подсказке до состояния жидкой сметаны. Мука, теплое молоко, яйца, соль, сахар, разрыхлитель, растительное масло. Использование миксера для смешивания блинного теста.

В случае боязни электроприбора и отказа вымешивать тесто миксером, смешивание ручным венчиком. Выпекание блинчиков на электроблиннице. Вариант: выпечка на сковороде.

Определение готовности одной стороны блина (подсыхание верхнего слоя, появление «корочки с дырочками»). Переворачивание блина с помощью кулинарной лопатки.

*Текущий контроль* Готовая работа. Освоение способа приготовления и выпечки блинов

**Тема:** «Слоеное тесто. Яблочные «пельмешки»

*Теория:* Пироги закрытые, открытые. Начинки. Понятие «Это десерт»

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук.

Подготовка яблока. Мытье яблок, очистка с помощью овощечистки,

деление на разделочной доске целого яблока на 4 части («пополам, еще раз каждую дольку пополам»), размещение долек яблока в миске, добавление сахара, сока лимона (сжать половинку лимона над миской с яблоком, до выделения 3-5 капель сока), при отсутствии аллергии на специи – корицы и мускатного ореха (чуть меньше половины чайной ложки)

Работа со слоеным тестом. Раскатывание пласта теста скалкой (2-3 мм толщиной). Вырезание круга с помощью стакана или кольца (2-3 шт.) на одной половине готового круга размещение 1 яблочной дольки, закрытие дольки второй половинкой круга, скрепление края сначала пальцами, затем расположенными параллельно поверхности стола кончиками зубьев вилки, путем прижатия к поверхности доски. Выкладывание «пельмешек» на противень, застеленный бумагой для выпечки. Смазывание каждого изделия взбитым венчиком или вилкой сырым яйцом. Выпечка в разогретом до 180 градусов духовом шкафу 15-20 минут.

Вариант открытого пирожка: Разрезание на кружочки толщиной 1 см яблока, вырезание кольца с помощью крышки от молочной бутылки

Деление пласта теста на полосы с помощью ножа для пиццы. Обкручивание тестом кольца, смазывание яйцом, посыпка сахаром, выпечка в духовом шкафу.

Понятие «Это десерт»

*Текущий контроль:* Педагогическое наблюдение. Демонстрация работы с тестом, приемов скрепления края теста, степени самостоятельности выполнения этапов приготовления.

*Тема:* «Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта.

## **Раздел 7. Блюда из яиц.**

*Тема «Омлет в микроволновке»*

*Теория:* Способы приготовления яиц. Использование яиц в первых, вторых блюдах, в выпечке. Хранение и обработка яиц перед употреблением. Пасхальные традиции окрашивания яиц.

*Практика:* приготовление омлета в микроволновке: смешивание яйца с молоком миксером или венчиком, добавление соли, смазывание кружки маслом, заполнение до 2/3, включение микроволновки на 5 мин.

*Текущий контроль* Педагогическое наблюдение. Перенос прошлого опыта приготовления в микроволновке на новую ситуацию.

## **Раздел 8. Напитки**

*Тема:* «Горячие напитки. Чай, кофе, какао»

*Теория:* История чая, кофе, какао. Виды чая. Правила заваривание чая.

*Практика:* Дегустация растворимых кофе и какао (Нестле).

Определение/ описание вкуса. Оказание помощи в формулировках. Самостоятельное приготовление чая: наполнение чайника фильтрованной водой, включение его в сеть, ополаскивание заварочного чайника горячей водой, добавление в него сухого чая и кипятка. Меры предосторожности. Настаивание. Сервировка чайного стола по схеме.

*Текущий контроль* Готовая работа. Демонстрация приготовления чая по визуальной опоре.

*Тема:* «Прохладительные напитки»

*Теория:* Коктейль. Компот. Морс. Смузи. Сок. Конструктор напитков.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук.

Приготовление напитка по выбору из имеющегося набора продуктов.

*Текущий контроль* Диагностическая игра «Я повар. Делаем напитки».

**Тема:** Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта.

## **Раздел 9. Супы**

**Тема:** «Супы холодные и горячие. Заправка для борща. Правила нарезки овощей для борща»

*Теория:* Щи, борщ, суп. Состав. Способы приготовления. Нарезка свеклы соломкой, брусочками, кубиками, лука-кольцами/полукольцами. Правила безопасного держания ножа. Пассерование.

*Практика:* Дидактическая игра «Варим борщ» Классификация овощей и фруктов. Подбор карточек-картинок с изображением продуктов для борща, щей, супа. Взаимопроверка. Определение названия блюда по составу продуктов.

Подготовка к работе с продуктами. Спецодежда. Мытье рук. Подготовка овощей к пассерованию. Нарезка пластинок из моркови, затем соломкой. Оказание помощи в заготовке пластинок из целой моркови.

*Текущий контроль* Готовая работа. Совместный анализ выполнения нарезки овощей. Зависимость внешнего вида готового продукта от качества выполнения нарезки овощей

**Тема:** «Готовим щи».

*Теория:* Объяснение способа приготовления. Фиксация названий/ картинок необходимых продуктов на доске.

*Практика:* Подготовка к работе с продуктами. Подбор кастрюли для варки щей, заполнение водой. Нарезка овощей знакомым способом (соломка, кубики, полукольца).

*Текущий контроль:* Практическая работа. Обсуждение возможности повторения приготовления блюда в домашних условиях по рецепту.

**Тема:** «Моя кулинарная книга. Создание пошагового рецепта.

**Итоговое занятие**

**Планируемые результаты обучения (базовый уровень):**

**Предметные**

- Будет знать правила личной гигиены при приготовлении пищи: правильно мыть руки, надевать специальную одежду, убирать волосы.

- Будет уметь пользоваться кухонным оборудованием, бытовыми электроприборами, ножами и другими кухонными инструментами, применять в повседневной жизни правила личной безопасности.

- Будет иметь представление о правильной и полезной пище, правилах хранения, переработки и способах приготовления разных продуктов.

- Освоит правила приготовления простых закусок.

- Будет уметь готовить элементарные блюда, требующие тепловую обработку.

- Будет уметь делать несложную выпечку и десерты.

- Будет иметь элементарное представление о профессиональной деятельности повара и кулинара, стилиста еды (фудстайлера) .

#### **Личностные:**

- Будет соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения общественных местах.

- Будет воспитано уважение к нормам коллективной жизни.

- Будет сохранять позитивное эмоциональное состояние в ходе занятия.

- Будет адекватно оценить результаты своей деятельности.

#### **Метапредметные.**

- Будет сформирована готовность к самостоятельному планированию, умение рассказать об этапах планируемой деятельности.

- Будет сформирована готовность к осуществлению совместной деятельности и организации сотрудничества с педагогами и сверстниками.

**Календарный учебный график (стартовый уровень)  
«Поварское и кулинарное дело» на 2022-2023 учебный год**

**Год обучения: 1**

**Количество учебных недель: 34**

№	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
<b>Введение 1.</b>							
1			1	Правила личной безопасности. Знакомство с кабинетом. Пути эвакуации. Поведение при Чрезвычайной ситуации.	Групповая	Устный опрос.	Учебный кабинет
<b>Раздел 2. Кулинарные оборудование, инструменты и приспособления. Техника безопасности.</b>							
2			1	Очень важные правила кухни. Личная гигиена. Форма одежды.	Групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
3			1	Холодильник. Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка. Устройство. Правила эксплуатации.	Групповая	Тест-игра	Учебный кабинет
<b>Раздел 3. Бутерброды.</b>							
4			1	Что такое бутерброд? Конструктор полезного бутерброда.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
5			1	Способы приготовления бутербродов (тостер) подачи бутербродов на стол.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
6			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 4. Салаты</b>							
7			1	Виды салатов. Конструктор салатов.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
8			1	Правила обработки овощей и фруктов. Овощерезки. Способы приготовления и оформления овощей и фруктов.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
9			1	Моя кулинарная книга.	Групповая	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 5. Гарниры</b>							
10			1	Крупяные и бобовые. Особенности подготовки и приготовления каши.	Групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
11-12			2	Любимые гарниры. Картофель фри. Пюре. Инструменты и приспособления.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
13			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 6. Выпечка. Десерты</b>							
14-15			2	Тесто. Дрожжевое.	Групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
16-17			2	Пиццу любят все!	Индивидуально-гр.	Готовая работа	Учебный кабинет
18-19			2	Блинное тесто. Способы приготовления. Электроплита, электроблинница.	Групповая	Готова работа	Учебный кабинет
20			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет

**Календарный учебный график (базовый уровень)  
«Поварское и кулинарное дело» на 2023-2024 учебный год**

**Год обучения: 2**

**Количество учебных недель: 34**

№	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
<b>Введение 1.</b>							
1			1	Правила личной безопасности. Знакомство с кабинетом. Пути эвакуации. Поведение при Чрезвычайной ситуации.	Групповая	Устный опрос.	Учебный кабинет
<b>Раздел 2. Кулинарные оборудование, инструменты и приспособления. Техника безопасности.</b>							
2			1	Очень важные правила кухни. Личная гигиена. Форма одежды.	Групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
3			1	Холодильник. Варочная панель. Духовой шкаф. Микроволновка. Устройство. Правила эксплуатации.	Групповая	Тест-игра	Учебный кабинет
<b>Раздел 3. Бутерброды.</b>							
4			1	Что такое бутерброд? Конструктор полезного бутерброда.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
5			1	Способы приготовления бутербродов (гостер) подачи бутербродов на стол.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
6			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 4. Салаты</b>							
7			1	Виды салатов. Конструктор салатов.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
8			1	Правила обработки овощей и фруктов. Овощерезки. Способы приготовления и оформления овощей и фруктов.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
9			1	Моя кулинарная книга.	Групповая	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 5. Гарниры</b>							
10			1	Крупяные и бобовые. Особенности подготовки и приготовления каши.	Групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
11			1	Любимые гарниры. Картофель фри. Пюре. Инструменты и приспособления.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
12			1	Что такое паста? Правила приготовления, варианты подачи.	Индивидуально-гр.	Готовая работа	Учебный кабинет
13			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет

<b>Раздел 6. Выпечка. Десерты</b>							
14-15			2	Тесто. Дрожжевое. Слоеное. Песочное.	Групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
16-17			2	Пиццу любят все!	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
18-19			2	Блинное тесто. Способы приготовления. Электроплита, электроблинница.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
20-21			2	Слоёное тесто. «Пельмешки» из яблок.	Индивидуальная	Готовая работа	Учебный кабинет
22			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 7. Блюда из яиц</b>							
23			1	Омлет в микроволновке.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
<b>Раздел 8. Напитки</b>							
24-25			2	Горячие напитки. Чай. Кофе, какао. Кисель. Конструктор напитков. Сервировка чайного стола.	Групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
26-27			2	Холодные напитки. Компот. Сок. Смизи. Морс. Конструктор напитков.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
28			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет
<b>Раздел 9. Супы</b>							
29-30			2	Супы холодные и горячие. Заправка для борща.	Индивидуально-групповая	Устный опрос	Учебный кабинет
31-32			2	Готовим щи.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет
33			1	Моя кулинарная книга.	Индивидуальная	Рецепт	Учебный кабинет
34			1	Итоговое занятие.	Индивидуально-групповая	Готовая работа	Учебный кабинет

Программа реализуется в здании, соответствующему СанПиН, обеспеченному световой и звуковой индикацией тревожных кнопок (пожарной, эвакуационной, указателем на запасной выход); наглядными правилами безопасного поведения на стендах; символами, предупреждающими об опасности, светозвуковым сигналом для быстрого привлечения внимания обучающихся в чрезвычайных ситуациях.

Занятия проводятся в специально оборудованном помещении (кабинета социально-бытовой ориентировки) с оборудованной кухней – столовой в которой имеются стол, стулья, холодильник, мойка, плита, духовой шкаф, микроволновая печь, электрочайник, тостер, миксер, ручной кухонный инструмент, посуда для приготовления еды.

При реализации программы используются технические средства обучения: компьютер, цветной принтер, смартфоны со встроенной цифровой камерой, штативы-держатели для смартфонов, bluetooth, пульт.

Обеспечено устойчивое Интернет-соединение.

#### ***Информационное обеспечение:***

В работе используются:

- простые пошаговые схемы изготовления кулинарных блюд;
- алгоритмические предписания выполнения действий при работе с бытовой техникой, правил поведения в общественных местах (визуальные подсказки);
- таблицы, памятки по технике безопасности и действий в случае чрезвычайной ситуации;
- иллюстрированные кулинарные книги.

#### ***Кадровое обеспечение***

Образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на основе адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Поварское и кулинарное дело» осуществляется с привлечением специалистов в области коррекционной педагогики, а также педагогических работников, освоивших соответствующую программу профессиональной переподготовки.

Так же возможно привлечение ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

### **Промежуточный контроль.**

Промежуточная аттестация проводится с целью выявления уровня освоения части программы, сформированности специальных знаний, умений, навыков по итогам полугодия. Промежуточная аттестация проводится в форме самостоятельной практической работы по приготовлению праздничных бутербродов и салатов. Перед аттестацией проводится мотивационная беседа, способствующая психологическому настрою на работу. Детям предлагается самостоятельно устроить праздничное чаепитие и приготовить к нему все, чему они научились. В свободном доступе находятся разного рода визуальные подсказки (конструкторы блюд, фоторецепты, схемы). Педагог оказывает организующую помощь в распределении времени на приготовление, отслеживает действия обучающихся, для оценки понимания ими инструкции и, при необходимости, ее уточнения. Результаты аттестации фиксируются в оценочном листе. Обязательное условие промежуточной аттестации – исключение ситуаций, приводящих к эмоциональному травмированию обучающегося (негативных реакций со стороны педагога и детей).

**Текущий контроль** проводится с целью установления фактического уровня теоретических знаний по темам (разделам) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, практических умений и навыков. Текущий контроль осуществляется в форме устного опроса, педагогического наблюдения, готовой работы обучающихся.

**Итоговый контроль** проводится с целью выявления соответствия уровня освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы прогнозируемым образовательным результатам. Аттестация по программе «Поварское и кулинарное дело» проводится в форме выставки сделанных обучающимися кулинарных книг, в которых собраны фоторецепты по всем темам программы.

Механизм оценки предполагает определение результативности обучения, соответствие прописанных в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе цели и задач прогнозируемым результатам.

Основной метод отслеживания результативности - педагогическое наблюдение.

Результаты представлены в форме условных единиц.

3 балла - освоил полностью (самостоятельно и хорошо выполняет задания) – достаточный уровень

2 балла- освоил в неполном объеме (выполняет задания с небольшой подсказкой/помощью педагога – средний уровень)

1 балл – освоил слабо (выполняет задания с помощью педагога – низкий уровень).

Фамилия, имя обучающегося, возраст \_\_\_\_\_

Дата промежуточной/итоговой диагностики \_\_\_\_\_

**Критерии развития социально-бытовых навыков, необходимых для формирования кулинарных умений.**

Оценка в баллах

Оценка в баллах

Содержание программы	Результаты	Промежуточная диагностика	Итоговая диагностика
Овладение навыками личной гигиены при работе на кухне.	Моет и вытирает руки Убирает волосы под головной убор. Закатывает рукава одежды. Обувает специальную закрытую обувь без каблука		
Овладение навыками уборки рабочего места.	Убирает со стола посуду Соблюдает последовательность уборки (собирает крошки, протирает поверхность влажной, затем сухой салфеткой. Моет посуду (использует средства для мытья посуды, ополаскивает её, ставит чистую в сушилку) Подметает пол щёткой, сметает мусор на совок, высыпает мусор в ведро. Доводит начатое дело до конца		
Овладение навыками кухонным электрооборудованием и инвентарем	Пользуется пользованием электрочайником Пользуется тостером Пользуется сэндвичницей Пользуется электроблинницей Пользуется электроплитой Пользуется духовкой Пользуется миксером Пользуется сковородой Пользуется мерной посудой Пользуется скалкой, картофелемялкой,		

Овладение навыками  
приготовления пищи

венчиком, ножом.  
Пользуется столовой и  
чайной посудой.  
Знает и выполняет правила  
техники безопасности  
Сортирует овощи и фрукты  
Моет овощи и фрукты  
Чистит овощи  
Пользуется рецептами  
Делает бутерброды  
Делает салаты из свежих  
овощей и фруктов  
Отваривает макароны  
Готовит кашу  
Делает пиццу из готового  
теста.  
Делает простой десерт в  
микроволновке.  
Заваривает чай, какао  
Готовит первое блюдо

### **Методические материалы :**

1. Дидактические игры (Я повар);
2. Игры –аппликации (Я повар);
3. Плакаты «Требования к одежде повара»;
4. Кулинарные книги;
5. Материалы Яндекс диска [https://disk.yandex.ru/d/gbBW\\_pjT9kSQRg](https://disk.yandex.ru/d/gbBW_pjT9kSQRg) с иллюстративными материалами, которые можно просматривать непосредственно на занятии на мониторе компьютера или распечатать и использовать как дидактический материал.

### ***Список литературы для педагога:***

1. Кулинарная характеристика блюд: Учебное пособие. /С.Н.Козлова, Е.Ю. Фединишина. М.: «Академия»,2016г.
2. Основы кулинарного мастерства: Учебное пособие .М. «Академия»,2017г.
3. Технология приготовления пищи. Н.И. Н.И. Ковалев, Л.К. Сальникова, М., 2018 год.

### ***Список литературы для учащихся:***

1. Занимательная кулинария. В.В.Похлебкин – М., 2019 год.
2. Основы кулинарии 8-10 класс. Учебное пособие для учащихся. В.И. Ермакова – М., 2020 год.
3. Домоводство 5-9 классы. Учебное пособие. Л.И. Воробьева – М., 2019 год.

### ***Интернет-сайты:***

1. <http://supercook.ru>- Кулинария, кухни мира народов мира и множество разных полезных советов;
2. <http://x-food.ru>-Тайны кулинарии;
3. <http://www.povarenok.ru>;
4. <http://www.frio.ru> и другие;
5. <https://cookpad.com/ru/recipes/13787656> -konstruktor-butierbroda. Конструктор бутербродов;
6. <https://zen.yandex.ru/media/innametelskaya/salatkonstruktor-dlia-priveredlivyh-gostei-5d622b5095aa9f00ad3dacc1https://aif.ru/food/graphicrecipies/1177136> Конструктор салатов;
7. [https://disk.yandex.ru/d/gbBW\\_pjT9kSQ Rg](https://disk.yandex.ru/d/gbBW_pjT9kSQ Rg). Чаепитие;
8. [https://disk.yandex.ru/d/gbBW\\_pjT9kSQ Rg](https://disk.yandex.ru/d/gbBW_pjT9kSQ Rg). Выпечка;
9. [https://disk.yandex.ru/d/gbBW\\_pjT9kSQ Rg](https://disk.yandex.ru/d/gbBW_pjT9kSQ Rg). Напитки.