

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»  
г. Мичуринска Тамбовской области

РАССМОТРЕНО  
на Методическом совете  
Протокол от 30.08.2024  
№1

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_/Трухина Т.Б./  
30.08.2024

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
\_\_\_\_\_/Кострикина  
Н.И/  
Приказ от 02.09.2024 №  
94

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
« Азы кулинарии »  
для 6 класса  
на 2024-2025 учебный год

Направление: социальное  
Возраст: 12-13 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: учитель  
Кострикина Н.И.

## **Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа составлена на основе следующих нормативных правовых актов:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
2. Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
3. Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
4. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. «Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на 2023-2028 гг, вариант 1», утвержденной приказом директора от 24.05.2023 №56;
6. Учебного плана МБОУ «Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Мичуринска на 2024-2025 учебный год, утвержденного директором школы, приказ № 85 от 27.08.2024 г
7. Положения об адаптированной рабочей программе учебных предметов (коррекционных курсов/ курсов внеурочной деятельности), утвержденного директором школы, приказ № 58 от 24.05.2024.

**Цель программы** Формирование знаний и умений обучающихся, способствующих социальной адаптации, подготовка детей к самостоятельной жизни в плане организации питания.

### **Задачи программы**

- обучать технологии приготовления различных блюд;
- формировать навыки работы с инструментами и приборами при обработке различных продуктов.
- пробудить интерес к кулинарному искусству у детей.
- развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка.
- привить навыки работы в группе; формировать культуру общения.
- формировать любовь и уважение к традициям национальной кухни.

- Формировать позитивную установку на семейную жизнь

### **Общая характеристика**

Данная программа делает акцент на личностно - ориентированный подход к каждому ребёнку. Курс носит интерактивный характер, направлен на получение обучающимися, новых теоретических знаний и практических умений, развитие у них жизненно необходимые навыки, которые способствуют самостоятельно себя обслуживать, выполнять в быту и на производстве несложные трудовые операции.

### **Формы работы**

- Групповая работа.
- Работа в парах.
- Фронтальная работа – это работа со всеми учащимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.
- Индивидуальная работа – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

### **Планируемые результаты**

Программа позволяет добиваться следующих результатов:

#### **Личностные результаты**

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: навыки приготовления, оформления и подачи блюд. Усвоят правила поведения за столом и техники безопасности при кулинарных работах.

#### **Место в учебном плане**

Программа курса рассчитана на год. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Всего 34 часов в год.

#### **Содержание программы**

Отличительная особенностью настоящей программы заключается в формировании необходимого уровня адаптивности к условиям социума, готовности к жизни в обществе и к выполнению общественно полезного труда у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Данная программа охватывает помимо преподавания практических навыков, развитие познавательной сферы через преподавание основ кулинарии. Весь курс обучения представляет единую систему взаимосвязанных тем, которые раскрывают многообразные связи предметной практической деятельности человека с его историей и культурой.

Занятия направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни организацию правильного питания, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего их развития, на воспитание ответственности, самостоятельности, коллективизма, взаимовыручки.

В процессе обучения должно компенсироваться недоразвитие эмоционально - волевой и речевой сферы детей.

Основное внимание уделено практической работе

## Тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов
1	Введение: правила техники безопасности. Практическая работа: Изучение инструкций по безопасности труда, санитарии и гигиены.	2
2	История возникновения кулинарии. Практическая работа: Организация рабочего места. Приготовление горячих напитков (зелёный чай, фруктовый чай)	2
3	Бутерброды – универсальная еда. Практическая работа: Приготовление бутербродов (бутерброд с сыром и тыквой; бутерброд с сыром и яблоками; бутерброд с творогом и апельсином; бутерброд с творогом и помидорами).	2
4	Основы здорового образа жизни. Практическая работа: Приготовление блюд из варённых овощей (винегрет из фруктов овощей,	4
5	Основы рационального питания. Практическая работа: Приготовление блюд из круп (пшённая каша с тыквой, гурьевская каша)	2
6	Способы обработки пищевых продуктов. Практическая работа: Приготовление паровых блюд (омлет, суфле морковно-яблочное).	2
7	Витамины. Первичная обработка овощей. Сортировка, мойка, очистка и нарезка. Формы простой, сложной, фигурной нарезки овощей и их применение. Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов. Очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками Практическая работа: Приготовление салатов (салат из белокочанной капусты с яблоками, салат из цветной капусты).	4
8	Овощные оладьи. Правила обработки овощей. Технология приготовления холодных блюд и закусок. Их особенность. Подача и оформление.	2
9	Молоко и молочные продукты. Практическая работа: Приготовление блюд из молока и молочных продуктов	2
10	Влияние условий приёма пищи на её усвоение организмом. Практическая работа: Сервировка стола Приготовление праздничного блюда.	4
11	Национальная кухня разных народов. Практическая работа: Сервировка национальных обрядовых столов	2
	Русские блины. Виды теста. Рецепт и технология приготовления теста для блинов. Влияние соотношения компонентов теста на	2

	качество готового изделия. Приготовление теста для блинов. Выпечки блинов, блинчиков.	
	Фитотерапия. Практическая работа: Приготовление блюд из дикорастущих растений	2
	Искусство чайного стола. Способы заваривания чая. Правила подачи горячих напитков. Столовые приборы и правила пользования ими. Способы складывания салфеток. Эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом. Сервировка стола к чаю	2
	Накрываем чайный стол.	
<b>Всего</b>		<b>34 ч</b>

- санитарно-гигиенические  
требования. Приобретут  
умения:

- правильно подбирать формы нарезки ингредиентов при приготовлении блюда;
- приемы тепловой кулинарной обработки;
- готовить и украшать готовые блюда;
- сервировать стол;
- правильно вести себя за столом;
- соблюдение правила по технике безопасности;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования.