

краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Железнодорожная школа-интернат»

«Рассмотрено»
на заседании ШМО учителей
«Железнодорожная»
Протокол № 1
от «30» августа 2023
Руководитель ШМО
Фехва В.С./Ф.И.О./

«Согласовано»
Зам.директора КГБОУ
«Железнодорожная школа-
интернат»
«30» 08 20 23



А.М. Вавулин
«30» 08 20 23

**АДАптированная дополнительная
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«Уютный дом»
социально-гуманитарной направленности**

Возраст детей – 11-15 лет
Срок реализации – 3 года

Составил:
педагог дополнительного образования
Антипина Наталья Николаевна

г. Железнодорожск
2023-2026 учебный год

Пояснительная записка.

1. Актуальность дополнительной образовательной программы:

Адаптированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Уютный дом» предназначена для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями), так как дети имеют ограниченное представление о многих семейных, житейских, бытовых проблемах. Все это способствует развитию у детей потребительских черт и иждивенческих наклонностей. Социально-педагогическая значимость этих проблем подсказывает необходимость программы.

2. Направленность программы: социально-гуманитарная

3. Цель программы: привитие обучающимся с интеллектуальными нарушениями интереса к культуре быта и ее составляющим (культуре рационального питания, культуре организации и обустройства жилища, культуре ведения домашнего хозяйства)

4. Задачи:

Обучающие:

- Способствовать формированию представления о видах обработки продуктов, их расчете в соответствии с нормами.
- Способствовать закреплению представления об основных кулинарных терминах.
- Способствовать формированию знаний и умений технологии приготовления различных блюд.
- Знакомить с приемами обустройства жилища, оформления интерьера
- Закреплять и расширять знания по уходу за одеждой, обувью.
- Способствовать формированию знаний домашней экономики

Коррекционно-развивающие:

- Способствовать развитию памяти, внимания путём выполнения практических заданий.
- Способствовать развитию и коррекции речи через обогащение словарного запаса.
- Развить эстетическое восприятие и творческое воображение

Воспитательные:

- Воспитывать трудолюбие, бережливость, аккуратность, целеустремлённость, предприимчивость, ответственность за результаты своей деятельности
- Развить у детей жизненно-важные качества личности: усидчивость, самостоятельность, честность, чувство коллективизма

5. Адресат. Программа ориентирована на детей от 11 до 15 лет без специальной подготовки. Группа: 14 обучающихся.

6. Сроки реализации. Программа рассчитана на 3 года обучения.

7. Форма занятий. Групповая.

8. Ожидаемые результаты.

Предметные результаты.

К концу обучения дети

- Будут самостоятельно использовать в работе крупную и мелкую электробытовую технику;
- будут использовать различные виды обработки продуктов, рассчитывать их количество в соответствии с рецептом;
- будут использовать различные кулинарные термины в работе;
- готовить самостоятельно блюда с использованием технологических карт и рецептов кулинарных книг;
- будут знать функциональное, санитарно-гигиеническое, эстетическое назначение жилых помещений, виды ремонта, приемы оформления интерьера;
- расширят и закрепят знания об уходе за одеждой и обувью;
- будут знать и использовать приемы экономии в домашнем хозяйстве: при покупке продуктов, пользовании коммунальными услугами, уходом за жильем.

Личностные результаты.

К концу обучения у обучающихся

- сформируются и закрепятся навыки самостоятельной и коллективной работы;

- расширится кругозор и обогатится словарный запас хозяйственно-бытовых терминов;
- закрепятся личностные качества: трудолюбие, аккуратность, бережливость, ответственность;
- закрепятся знания правил этикета за столом.

9. Формы подведения итогов реализации программы.

Тестирование, отчетные выставки, организация и проведение общешкольных мероприятий, посвященных Дню учителя, Международному дню 8 Марта, Новому году, заключающихся в приготовлении праздничных завтраков и обедов для обучающихся школы с предоставлением кулинарных изделий и различными видами сервировки.

Содержание учебного материала.

1. Учебный план.

2. Содержание 1-го года обучения.

Теоретический материал.

- Вводное занятие. Кухня. Оборудование. ТБ при кулинарных работах
- Электробытовые приборы. Разнообразие.
- Посуда. Разнообразие. Уход.
- Гигиена приготовления пищи. Санитарно-гигиенические требования к помещению, специальной одежде.
- Продукты. Разнообразие. Состав продуктов.
- Обработка продуктов: первичная, тепловая.
- Определение веса, объема предлагаемых ингредиентов в рецепте.
- Работа с книгами кулинарных рецептов.
- Овощи и фрукты. Пищевая ценность. Блюда из сырых и вареных овощей и фруктов.
- Сервировка стола. Виды. Аксессуары сервировки.
- Обувь. Разнообразие. Уход. Хранение.
- Сезонная уборка квартиры.

Практические работы.

- Оформление тетрадей.
- Мытье посуды с использованием моющих и чистящих средств.
- Определение веса и объема различных продуктов с помощью мини-весов, безмена, мерных стаканов и ложки.
- Запись рецептов блюд.
- Упражнения в сервировке стола, складывании сервировочных салфеток.
- Первичная обработка овощей и фруктов: сортировка, мытье, чистка, нарезка.
- Холодные блюда. Приготовление салатов из сырых и вареных овощей.
- Приготовление салата из фруктов.
- Крупы. Блюда из круп.
- Чистка обуви из натуральной кожи.
- Уборка кухни.

3. Содержание 2-го года обучения.

Теоретический материал.

- Консервирование. Виды.
- Первые блюда. Разнообразие.
- Вторые блюда. Разнообразие. Гарниры.
- Макароны изделия. Блюда из макаронных изделий.
- Картофель. Блюда из картофеля.
- Сезонная одежда. Уход и хранение.
- Интерьер. Составляющие интерьера квартиры.

Практические работы.

- Квашение капусты. Капуста «Провансаль»

- Приготовление компота из слив.
- Приготовление вегетарианских щей, супа из консервов.
- Приготовление гречневой, овсяной каш.
- Приготовление макарон по-флотски, макарон с сыром.
- Приготовление салата с макаронными изделиями.
- Приготовление котлет из картофельного пюре. Картофель запеченный.
- Приготовление холодных блюд для праздничных завтраков обучающимся школы и учителям к Новому году.
- Выведение пятен с одежды.
- Зарисовка интерьера различных по назначению комнат.

4. Содержание 3-его года обучения.

Теоретический материал.

- Напитки. Разнообразие. Способы приготовления.
- Хлеб. Пищевая ценность. Блюда из хлеба.
- Тесто. Виды. Изделия из теста.
- Мясные и рыбные консервы. Блюда из консервов.
- Пищевые отравления. Признаки, течение. Способы оказания первой помощи при отравлении.
- Домашняя экономика. Способы экономии при пользовании коммунальными услугами, при покупке продуктов, одежды, предметов быта.
- Приемы рациональной расстановки мебели в интерьере квартиры.

Практические работы.

- Приготовление морсов из замороженных ягод, компота из сухофруктов.
- Приготовление горячих бутербродов из различных хлебных изделий.
- Выпечка блинов и оладий.
- Приготовление пиццы.
- Выпечка кекса, изделий из слоеного теста.
- Приготовление салатов с использованием консервированных продуктов: рыбы, кукурузы, огурцов, горошка.
- Подбор продуктов по меню; расчет стоимости покупки продуктов.
- Зарисовка рациональной расстановки мебели в комнатах различного назначения: гостиной, спальни, детской.

5. Мониторинг образовательной деятельности обучающихся.

- **Высокий уровень** – самостоятельная деятельность учащегося, при выполнении той или иной деятельности учащийся не испытывает особых затруднений; высокий уровень ответственности за порученное дело, фиксируется отметкой «5»;
- **средний уровень** – при выполнении той или иной деятельности учащийся испытывает минимальные затруднения, прибегает к помощи родителей (законных представителей), стремится исправить указанные ошибки, самостоятельно выполняет несложные проекты, фиксируется отметкой «4»;
- **низкий уровень** – учащийся испытывает серьезные затруднения при выполнении той или иной деятельности, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога, испытывает серьезные затруднения при осуществлении учебно-исследовательской и проектной работы; аккуратность и ответственность не проявляет; овладел менее чем на ½ навыками, умениями, фиксируется отметкой «3».

Ожидаемые результаты 1-ого года обучения.

Обучающиеся познакомятся:

- с ТБ при кулинарных работах, разнообразием электробытовой техники и посуды;
- с санитарно-гигиеническими требованиями при приготовлении пищи;
- с разнообразием продуктов: овощей, фруктов, их составом;
- с приемами сезонной уборки жилища.

Обучающиеся будут:

- готовить самостоятельно с использованием технологических карт и рецептов простые холодные блюда;
- бутерброды, салаты из сырых и вареных овощей, блюда из круп;
- выполнять различные виды сервировок;
- осуществлять уход за обувью из различных материалов;
- использовать в уборке разнообразные приспособления и бытовую химию.

Ожидаемые результаты 2-ого года обучения.

Обучающиеся будут знать:

- приемы консервирования, разнообразие первых и вторых блюд, их пищевую ценность;
- приемы ухода и хранения сезонной одежды;
- значение интерьера в организации жилищного пространства.

Обучающиеся будут готовить:

- некоторые виды консервов: компот из фруктов, квашение капусты, сушка пряных трав;
- первые и вторые блюда: супы, гарниры, блюда из картофеля;
- используя различные препараты, выводить пятна от жира, чернил, лака, соков.

Ожидаемые результаты 3-его года обучения.

Обучающиеся будут знать:

- виды теста, рецепты приготовления различных видов выпечки; рецепты блюд из консервированных продуктов;
- приемы оказания первой помощи при отравлении;
- способы экономии при ведении домашнего хозяйства;
- особенности рационального расположения мебели в квартире.

Обучающиеся будут уметь:

- выпекать изделия из бездрожжевого теста, слоеного, блинного и др. видов теста;
- готовить различные блюда с добавлением консервированных продуктов;
- рассчитывать стоимость продуктов для приготовления блюда.

6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.

- **Методическое обеспечение.**

Технологические карты, тестирование по разделам программы, книги и журналы с кулинарными рецептами, тексты с полезными советами по уходу за жилищем, иллюстрированные журналы, наборы альбомов и другой литературы о вкусной и здоровой пище.

- **Материально-техническое обеспечение.**

Крупная и мелкая электробытовая техника, наборы кухонной, столовой и чайной посуды, столовые приборы, разделочные доски, сервировочные салфетки, индивидуальные фартуки, ТВ, DVD-плеер, наборы дисков и кассет по изучаемым темам.

- **Список литературы.**

И.А.Сасова, «Экономика. Тетрадь для творческих заданий», издательство «Вита-пресс», Москва, 2013г.

Т.В.Хохрина, «СБО. Раздел «Питание», Иркутск, 2000г.

Е.Ю.Сашина, «Азбука домоводства для больших и маленьких», издательство «Педагогика», 2015г.

Ю.Усова, «Как украсить блюда», Москва, «ЭКСМО», 2006г.

А.Уилкс, «Моя первая кулинарная книга», Москва, «Росмэн», 2016г.

Т.Григорьева, «Как украсить стол-100 оригинальных идей», Москва, «Аст-пресс книга», 2018г.