

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа – интернат поселка Эгвекино»  
(МБОУ «Ш – И поселка Эгвекино»)

«РАССМОТРЕНО»

на заседании методического  
объединения учителей –  
предметников

Рекомендовано к

утверждению

Протокол №1 от «28»  
августа 2023 г.

Руководитель МО учителей  
– предметников

И.В. Елизарова

«СОГЛАСОВАНО»

заместитель директора по  
УВР

Г.А. Перепелкина

«28» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

приказом директора МБОУ

«Ш – И поселка Эгвекино»

от «28» августа 2023 г. № 76

АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

**«ХОЗЯЮШКА»**

Направленность: художественная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 10 – 18 лет

Срок реализации: 1 года

Автор – составитель  
О.А. Толоева,  
педагог дополнительного образования

ГО Эгвекино  
2023 г.

**1. Пояснительная записка**

## 1.1. Введение

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хозяюшка» реализуется в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Школа – интернат поселка Эгвекинот», в котором обучаются воспитанники с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Данная программа разработана в соответствии со следующими документами:

1) Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2) Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

3) Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. № 629;

4) Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599;

5) Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598);

6) Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287), (включены специальные требования образования обучающихся с ОВЗ);

7) Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413) (включены специальные требования образования обучающихся с ОВЗ);

8) Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК - 641/09 «О направлении методических рекомендаций» и Методические рекомендации 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;

9) Письмо Минобрнауки России от 23.05.2016 N ВК-1074/07 "О совершенствовании деятельности психолого-медико-педагогических комиссий";

10) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

11) Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный N 66403), действующим до 1 сентября 2028 года.

Особенностью адаптированной рабочей программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Хозяюшка» является то, что дети реально участвуют в различных видах деятельности: получение новых теоретических знаний, практические работы, физический труд.

Занятия кружковой работы дают большие возможности для воспитания и развития личности ребенка, так как в процессе занятий развивается внимание, сообразительность, фантазия, творчество, происходит интеграция одних видов деятельности с другими, что позволяет корректировать и развивать у обучающихся восприятие, мышление, а также, что немало важно, коммуникативные навыки.

**Цель** адаптированной рабочей программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Хозяюшка»:

1) формирование знаний и умений обучающихся, способствующих социальной адаптации;

2) подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни в плане организации питания;

3) формирование интереса и практического применения знаний и умений в области кулинарии, привитие интереса к культуре быта.

**Задачи** адаптированной рабочей программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Хозяюшка»:

- 1) привитие трудовых навыков самообслуживания;
- 2) развитие эстетического вкуса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- 3) расширение знаний обучающихся, полученных на уроках по социально – бытовой ориентировке, в области приготовления пищи;
- 4) формирование культуры общения;
- 5) формирование и развитие творческих способностей обучающихся в кулинарии;
- 6) формирование экологических убеждений обучающихся;
- 7) развитие трудовых навыков обучающихся;
- 8) воспитание умения доводить начатое дело до конца;
- 9) развитие художественного вкуса у обучающихся.

В результате обучения в кружке «Хозяюшка» обучающиеся получают знания:

- 1) пищевая ценность продуктов;
- 2) способы приготовления и оформления блюд;
- 3) правила подачи блюд;
- 4) правила поведения за столом;
- 5) правила по технике безопасности при кулинарных работах;
- 6) санитарно – гигиенические требования;
- 7) секреты русской кухни;
- 8) секреты чукотской кухни;
- 9) основные сельскохозяйственные работы на приусадебном участке.

В результате обучения в кружке «Хозяюшка» обучающиеся приобретут следующие умения:

- 1) правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюд;
- 2) приемы тепловой кулинарной обработки;
- 3) готовить и украшать готовые блюда;
- 4) готовить изделия из теста;
- 5) сервировать стол;
- 6) соблюдать санитарно – гигиенические и экологические требования;
- 7) соблюдать правила по технике безопасности;
- 8) правильно вести себя за столом.

Адаптированная рабочая программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Хозяюшка» предназначена для обучающихся в возрасте 10 – 18 лет.

Наполняемость группы – 6 – 12 человек.

Период реализации программы – 1 год.

**Содержание адаптированной рабочей программы дополнительного образования  
«Хозяюшка» для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)**

№ п/п	Разделы программы. Тема урока	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности
1.	Вводное занятие	2	План и задачи кружка. Правила поведения в кружке. Организация рабочего места, инвентарь. Значение питания в жизни человека. Понятие о рациональном питании. Режим питания школьника. Соблюдение санитарно-гигиенических требований к приготовлению пищи. Правила ТБ при работе с механическими приспособлениями и электрооборудованием. Меню.

2.	Кухня, Оборудование кухни.	6	Уход за кухонной и столовой посудой. Моющие средства, применяемые при мытье посуды. <b>Практическая работа.</b> Мытье посуды, уход за инвентарем и помещением.
4	Гигиена приготовления пищи	6	Общие сведения о гигиене, о санитарно-гигиенических требованиях к помещению, оборудованию, личной гигиене, гигиене питания. Специальная одежда. Хранение и обработка продуктов.
5	Правила безопасности и поведения на занятиях	1	Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. Правила поведения на кухне, в столовой, среди товарищей.
6	Сервировка стола	2	Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Праздничная сервировка стола. Назначение столовых

			приборов. <b>Практическая работа.</b> Сервировка стола
7	Блюда из овощей	8	<p>Виды овощей, содержание в них минеральных веществ, белков, жиров, углеводов и витаминов. Первичная обработка овощей. Блюда из овощей. Виды салатов. Изменение содержания витаминов и минеральных веществ в зависимости от условий кулинарной обработки. Овощные гарниры. Принципы подбора овощных гарниров к мясу и рыбе.</p> <p><b>Практические работы.</b></p> <p>Форма нарезки овощей, назначение. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салатов. Современные инструменты и приспособления для механической обработки и нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей. Сервировка и подача к столу. Приготовление супа из свежих овощей.</p>
8	Блюда из рыбы	5	<p>Понятие о пищевой ценности рыбы. Возможности кулинарного использования рыбы разных пород. Технология и санитарные условия первичной и тепловой обработки рыбы. Рыбные блюда.</p> <p><b>Практическая работа.</b> Подбор инструментов и оборудования для разделки рыбы. Первичная обработка чешуйчатой рыбы. Варка и жаренье рыбы в целом виде, звеньями, порционными кусками. Определение готовности блюд из рыбы. Сервировка и подача к столу</p>
9	Блюда из мяса	5	<p>Значение и место блюд из мяса, субпродуктов в питании. Виды мясного сырья, сроки и способы хранения мяса и мясных продуктов. Особенности кулинарного использования субпродуктов. Санитарные условия обработки мяса, субпродуктов. Условия и сроки хранения полуфабрикатов из мяса и котлетной массы.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Способы тепловой обработки мяса, мясных полуфабрикатов, субпродуктов. Приготовление натуральной рубленой массы из мяса. Определение времени варки и жаренья до готовности. Приготовление блюд из субпродуктов. Сервировка и подача к столу.</p>
10	Бутерброды и горячие напитки	5	<p>Виды бутербродов. Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов. Виды горячих напитков. Способы заваривания кофе, какао, чая и трав. <b>Практические работы.</b></p> <p>Нарезка продуктов. Приготовление бутербродов. Приготовление горячих напитков. Сервировка и подача к столу.</p>
11	Блюда из круп	7	<p>Виды круп. Питательная ценность круп, обработка, хранение. Приготовление каш. Изделия из круп: биточки, запеканки, пудинги, крупяные гарниры.</p> <p><b>Практические работы.</b></p>

			Подготовка к варки круп и бобовых. Определение необходимого количества жидкости при варке каш различной консистенции и гарниров их крупы. Приготовление каши. Приготовление изделий из круп. Сервировка и подача к столу.
12	Изделия из теста	4	Мука. Виды теста ( <b>дрожжевое, песочное, бисквитное и слоеное</b> ). Рецептура и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий. Виды начинки для изделий из теста. <b>Практические работы</b> Приготовление теста. Выпечка изделий из различных видов теста (блины, шарлотка). Сервировка и подача к столу.
13	Блюда из яиц	2	Строение яйца. Значение белка, пищевая ценность. Приспособления и оборудование для приготовления блюд из яиц. Особенности кулинарного использования яиц. <b>Практические работы.</b> Первичная обработка яиц, приготовления блюда из яиц (вареные яйца, омлет, яичница). Крашение и роспись яиц. Сервировка и подача к столу.
14	Холодные блюда и закуски	5	Салаты: мясные, овощные, фруктовые. Нарезка продуктов. Украшение из овощей и яиц <b>Практические работы.</b> Приготовление мясного салата. Приготовление фруктового салата.
15	Блюда из молока и кисломолочных продуктов	5	Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Виды молока и молочных продуктов. Питательная ценность и химический состав молока и молочных продуктов. Значение кисломолочных продуктов в питании человека. Условия и срок хранения. <b>Практические работы</b> Приготовление молочного супа и молочной каши. Приготовление блюда из творога(сырники, запеканка). Сервировка и подача к столу
16	Сладкие блюда и десерт. Виды сладких блюд и десерта	4	Роль десерта в праздничном обеде. Технология приготовления сладких блюд. Желирующие и ароматические вещества, используемые для приготовления блюд и десерта <b>Практические работы.</b> Приготовление желе. Приготовление компота из свежих, сушеных, мороженых фруктов и ягод. Украшение десертных блюд свежими или консервированными ягодами и фруктами. Сервировка и подача к столу

**Календарно – тематическое планирование адаптированной рабочей программы  
«Хозяюшка» для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)**

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	
2	Кухня. Оборудование кухни.	6	2	4

<b>3</b>	Гигиена приготовления пищи	6	2	4
<b>4</b>	Техника безопасности на занятиях	1	1	
<b>5</b>	Сервировка стола. правила поведения за столом	2	1	1
<b>6</b>	Блюда из овощей	8	2	6
<b>7</b>	Первые блюда	2	1	1
<b>8</b>	Блюда из рыбы	5	1	4
<b>9</b>	Блюда из мяса	5	1	4
<b>10</b>	Бутерброды и горячие напитки	5	1	4
<b>11</b>	Блюда из круп	1	1	1
<b>12</b>	Блюда из макарон	5	1	4
<b>13</b>	Виды теста. Изделия из теста	4	1	3
<b>14</b>	Блюда из яиц	2	1	1
<b>15</b>	Холодные блюда и закуски.	5	1	4
<b>16</b>	Блюда из молока и кисломолочных продуктов	5	1	4
<b>17</b>	Сладкие блюда и напитки	4	1	3
<b>18</b>	Итоговое занятие	1		1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575777

Владелец Швыркова Татьяна Михайловна

Действителен с 24.10.2021 по 24.10.2022



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845744

Владелец Швыркова Татьяна Михайловна

Действителен с 24.11.2022 по 24.11.2023