



Программа «Кулинария»

Романова М.А., социальный педагог ГБУ
«Катайский реабилитационный центр»

Пояснительная записка

Для детей с ограниченными возможностями, адаптация в быту является очень важным моментом. Чтобы быть максимально самостоятельным в будущей взрослой жизни, детям – инвалидам необходимо освоить умения, позволяющие обслуживать себя без посторонней помощи, ребенок должен обладать основными социальными навыками.

Кабинет «Кулинария» - Организуется на базе модельной тренировочной комнаты. Предпрофессиональная подготовка детей-инвалидов и детей с ОВЗ осуществляется в рамках мероприятия государственной программы Курганской области «Дети Зауралья-заботимся вместе!» подпрограммой «Комплекс мер по развитию эффективных практик предпрофессиональной подготовки детей-инвалидов и детей с ОВЗ на территории Курганской области»

Коррекционно-развивающие занятия по Кулинарии направлены на оказание дополнительной помощи детям с ОВЗ в производственном обучении и профессиональной подготовке. Они играют важную роль в воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья в развитии творческих способностей, повышают инициативу и предприимчивость.

Занятия позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего творчества. У детей с ОВЗ формируются навыки в приготовлении блюд и их эстетического оформления.

Основными целями и задачами занятий является получение детьми дополнительных знаний, умений и навыков по кулинарии, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности и применения в быту.

Форма проведения занятий, количество, методы и приемы определяются индивидуально с учётом «зоны ближайшего развития» ребёнка, его индивидуальных и возрастных особенностей.

Особенностью данной программы является то, что у данной категории детей появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны в повседневной жизни.

Краткое содержание коррекционно развивающих занятий

Вводное занятие.

Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода).

Практические работы.- Режим питания Меню. Выполнение правил техники безопасности во время приготовления пищи

Блюда из овощей. Винегрет овощной; Салат «Ассорти»; Щи из свежей капусты, рассольник; Борщ.

Основные теоретические требования - Виды овощей, содержание в них минеральных веществ белков, жиров, углеводов, витаминов. Виды салатов. Принципы подбора овощных гарниров к мясу и рыбе.

Практические работы.- Современные инструменты и приспособления для механической обработки и нарезки овощей. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салатов. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей. Сервировка и подача к столу.

Блюда из молока и кисломолочных продуктов. Каша рисовая, манная

Основные теоретические сведения - Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Виды молока и молочных продуктов. Условия и сроки его хранения.

Практические работы - Первичная обработка крупы. Приготовление молочного супа и молочной каши. Приготовление блюда из кисломолочных продуктов.

Сервировка и подача к столу.

Практические работы.- Столовые приборы и правила пользования ими. Способы складывания салфеток. Эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом.

Блюда из мяса. Гуляш со сложным гарниром; Пюре с котлетой

Основные теоретические требования - 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.

Практические работы - 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.

Бутерброды и горячие напитки. Кисель, кофейный напиток.

Основные теоретические сведения - Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Виды бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов. Виды горячих напитков. Способы заваривания кофе, какао, чая и трав.

Практические работы - Нарезка продуктов. Подбор ножей и различных досок.

Сервировка и подача к столу.

Блюда макаронных изделий. Макароны с сыром.

Основные теоретические сведения - Виды круп и макаронных изделий. Правило варки. Крупных рассыпных, вязких и жидких каш, макаронных изделий. Технология приготовления блюд из бобовых.

Практические работы - Подготовка варки круп, бобовых и макаронных изделий.

Определение необходимого количества жидкости при варке каш различной консистенции и гарниров их крупы, бобовых и макаронных изделий. Сервировка и подача к столу.

Изделия из теста. Пирог с капустой.

Основные теоретические сведения - Виды теста. Способы приготовления теста.

Приготовление дрожжевого теста и закрытого пирога с капустой.

Диагностика

Цель: Выявить уровень теоретических знаний воспитанников в приготовлении простейших блюд;

Уровень понимания полезности различных блюд;

Понимание необходимости соблюдения техники безопасности на кухне.

1.Что ты понимаешь под словом «кулинария»?

(приготовление пищи)

2.Какие виды мяса ты знаешь?

(свинина, говядина, куриное, мясо птицы (гуся, утки), кроличье, конина, баранина)

3.Назовите не менее 5 круп.

(пшеничная, (манная), кукурузная, овсяная, ячменная, ржаная, просьяная, гречневая, рисовая, гороховая, перловая..)

4.Какие правила хранения готовых блюд ты знаешь?

(Блюдо остудить при комнатной температуре – не более 2-х часов, хранить в холодильнике не более суток...)

5. Из чего можно приготовить салат? Из предложенных продуктов приготовь салат. Обоснуй сочетание продуктов.

(Из капусты, моркови, свеклы с сыром в виде и в вареном; огурцов и помидор...)

6.Назовите не менее 5 видов супов.

(Суп молочный с вермишелью, щи капустные, борщ, суп крестьянский с крупой, уха, суп гороховый...)

7.Расскажи как нужно варить макаронные изделия? Как можно использовать макаронные изделия в блюдах?

(Опускать макаронные изделия в кипящую воду, при варке постоянно помешивать...)

8. Какие напитки можно приготовить в домашних условиях? (назвать 5 напитков)

Расскажи технологию приготовления одного из напитков на твой выбор. (Возможно практическое выполнение) (Чай, кофе, какао, кисель, морс...).

9. Чем полезны блюда из вареных овощей, мясные блюда, салаты, каши, молочные продукты?

(содержат полезные вещества для жизнедеятельности человека: витамины, жиры, углеводы, кислоты...)

10. Какие правила по технике безопасности необходимо соблюдать при приготовлении блюд на своей кухне?

(Пользоваться исправной электроплитой: горячие миски, сковороды переносить, используя прихватки; при нарезке ингредиентов блюда осторожно обращаться с ножом... Знание памятки по ТБ при работе на кухне).

| Ф.И.О | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | Средний балл |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|--------------|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Средний балл | | | | | | | | | |

Критерии оценок входящей диагностики:

5 баллов - полный развернутый обоснованный ответ (монолог)

4 балла – дает сбивчивый ответ, требуется диалог

3 балла – испытывает затруднения, отвечает с наводящими вопросами

2 балла – фрагментарные знания

1 балл – ответ по сути не дан

Планируемые результаты

Знать безопасные приемы работы на кухне. Правила безопасного пользования приборами. Уметь оказать первую медицинскую помощь при порезах, ожогах

Иметь представление о процессе пищеварения. Значение здорового сбалансированного питания для организма человека. Режим питания.

Знать питательные вещества, состав пищевой пирамиды.

Знать правила сервировки стола. Уметь выполнять сервировку к завтраку. Этикет за столом.

Уметь составлять простейшее меню, используя табл. «Классификация блюд». Калорийность продуктов.

Знать виды, технологию приготовления бутербродов.

Уметь готовить бутерброды.

Знать виды горячих напитков

Уметь готовить горячие напитки по выбору.

Знать о значении овощей для организма человека. Знать правила первичной обработки овощей, нарезки, технологию выполнения, оформление блюд.

Знать особенность приготовления первых блюд, виды тепловой обработки, время приготовления овощей.

Знать особенность приготовления и разнообразие вторых блюд из овощей.

Знать способы заготовки продуктов, условия и сроки хранения заготовок из овощей.