

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Астраханской области для обучающихся, воспитанников с
ограниченными возможностями здоровья
«Общеобразовательная школа – интернат № 5»

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей предметников



О.В. Отчик

Протокол № 1
от «26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель
директора по УВР



А.А. Вострикова

Протокол № 1
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
ГКОУ АО «ОШИ № 5»



А.Н. Рыбин

Приказ № 436
от «29» августа 2024 г.

Рабочая программа по учебному предмету

«Основы социальной жизни»

5 «А» класса

на 2024 – 2025 учебный год

Составитель: В.Э. Фролова

учитель

Астрахань, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 5 классов составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1,2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

ФАООП УО (вариант 1, 2) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» ставит своей **целью** формирование у каждого ребенка необходимого запаса знаний, навыков и умений, направленных на социальную адаптацию выпускников школы, повышение уровня их общего развития. Что позволит им уверенно начать самостоятельную жизнь после окончания школы, успешно адаптироваться в ней и интегрироваться в социум. Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития детей.

Основными задачами являются:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребёнка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений;
- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с

различными сторонами повседневной жизни;

- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств личности;
- развитие навыков функциональной грамотности проходит в процессе изучения предмета.

Приоритетные направления в воспитательной работе на уроках «Основы социальной жизни»

1. Патриотическое воспитание

1.1. Уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

2. Гражданское воспитание

2.2. Активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны; – неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

2.3. Представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

2.4. Готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;

3. Духовно-нравственное воспитание

3.1. Ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

3.2. Готовность оценивать своё поведение, в том числе речевое, и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

3.3. Активное неприятие асоциальных поступков;

4. Эстетическое воспитание

4.1. Восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;

4.2. Понимание эмоционального воздействия искусства; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства

5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия

5.1. Осознание ценности жизни;

5.2. Ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

5.3. Осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

5.4. Соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет-среде в процессе школьного образования;

5.5. Способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

5.6. Умение принимать себя и других, не осуждая;

5.7. Умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать адекватные языковые средства для выражения своего состояния;

6. Трудовое воспитание

6.1. Установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности,

6.2. Способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

6.3. Интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода.

Рабочая программа определяет содержание и структуру учебного материала, последовательность его изучения, пути формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации учащихся.

Содержание программы направлено на достижение личностных и предметных результатов адаптированной образовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 ГКОУ АО «ОШИ №5».

Общая характеристика учебного предмета

Курс «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышения уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с

предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений ведения домашнего хозяйства и взаимодействие с различными организациями. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т. д. «Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень нужные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приёмами экологически чистые продукты: приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение.

Курс «Основы социальной жизни» тесно связан с уроками русского языка (закрепление навыков письма при выполнении письменных работ),

математики (математический расчет по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных средств и т.п.), географии (знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий), биологии (знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления), трудового обучения (выполнение практических заданий по уходу за одеждой).

Обучение носит коррекционную и практическую направленность, что определяется содержанием и структурой учебного предмета.

При изучении курса «Основы социальной жизни» используется разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, и индивидуальных особенностей учеников.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций и др.

В зависимости от задач урока используются разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учениками всех операций под руководством учителя).

На уроках отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами, и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыкам обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Продолжительность обучения составляет 5 лет - с пятого по девятый класс. На освоение программы отводится 2 часа в

неделю.

Класс	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Всего
	Количество часов				
5	18	14	20	16	68

Личностные и предметные результаты

Изучение «Основ социальной жизни» направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

Личностные результаты освоения программы включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Планируемые личностные результаты

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.
3. Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду.
4. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
5. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Планируемые предметные результаты

1. Умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.).
2. Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности.

3. Представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец, водитель и др.; социальные роли – пассажир, покупатель, пешеход и др.
4. Умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах.
5. Развитие межличностных и групповых отношений.
6. Представления о правах, обязанностях и др.

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- самостоятельное приготовление несложных блюд (бутербродов, салатов);
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- пользование различными средствами связи, включая Интернет-средства;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание основных правил ухода за больным;
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Содержание учебного предмета

Введение

1. Основные вопросы

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Работа в тетради.

3. Тематика практических работ

Беседа.

Личная гигиена

1. Основные вопросы

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

3. Тематика практических работ

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. Комплекс упражнений гимнастики для глаз.

Одежда и обувь

1. Основные вопросы

Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью.

Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти.
Правила подготовки обуви к хранению посезонно.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Чистка и сушка повседневной одежды, обуви.

Питание

При изучении темы «Питание» используется программа «Поварское дело». Приложение №1

Жилище

1. Основные вопросы

Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Сухая и влажная уборка помещений.

Культура поведения

1. Основные вопросы

Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях. Правила поведения за столом; правила этикета.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Правила поведения за столом.

Торговля

1. Основные вопросы

Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Правила поведения в магазине. Оплата покупки.

Транспорт

1. Основные вопросы

Основные виды транспортных средств, имеющихся в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

3. Тематика практических работ

Составление маршрута от дома до школы. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

При изучении темы «Питание» используется оборудование, приобретенное в рамках федерального проекта «Современная школа», национального проекта "Образование". Данное оборудование направлено на поддержку образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Тема	Оборудование
<p align="center">Питание</p> <p>1. Кухня, кухонная посуда. Уход за посудой.</p> <p>2. Овощи и фрукты. Обработка овощей. Кухонный комбайн и работа с ним.</p> <p>Блюда из овощей. Винегрет.</p> <p>3. Кухня, кухонная посуда. Уход за посудой.</p> <p>Правила мытья и чистки посуды.</p> <p>Посудомоечная машина и работа с ней.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ножеточка на присосках; ● нескользящий коврик для посуды; ● нескользящая миска для смешивания продуктов; ● миксер; ● духовой шкаф; ● плита индукционная; ● кухонный комбайн; ● набор столовых приборов; ● холодильник; ● микроволновая печь; ● тостер; ● соковыжималка; ● электрическая мясорубка; ● раковина; ● кухонный гарнитур – напольные и навесные ящики для хранения; ● набор посуды для приготовления с крышками (сковороды, кастрюли); ● комплект учебно-методических материалов по направлению «Поварское дело».

Календарно-тематическое планирование 5 класс (68 часов)

№ урока	Т е м а	Кол-во часов	Дата
<i>1 четверть (18 часов)</i>			
1-2	Значение предмета «Основы социальной жизни». Знакомство с кабинетом и правилами поведения в нём.	2	

	<i>Личная гигиена</i>	6	
3-4	Наука - личная гигиена. Правила личной гигиены. Предметы и средства личной гигиены.	2	
5-6	Уход за полостью рта и ушами.	2	
7-8	Личная гигиена правило приема утреннего и вечернего туалета. (Практическая работа) Содержание в чистоте и порядке личные вещи. Гигиена зрения.	2	
	<i>Одежда и обувь</i>	10	
9-10	Одежда и ее ассортимент.	2	
11-12	Повседневный уход за одеждой подготовка её к хранению.	2	
13-14	Виды обуви, её назначение.	2	
15-16	Чистка хранение одежды (Практическая работа)	2	
17-18	Чистка хранение обуви (Практическая работа)	2	
	<i>II четверть (14 часов)</i>		
19-32	<i>Питание. Уроки по разделу «Поварское дело».</i> <i>Приложение №1</i>	14	
	<i>III четверть (20 часов)</i>		
	<i>Жилище</i>	10	
33-34	Виды жилых помещений в городе и деревне.	2	
35-36	Комнаты и их назначение.	2	
37-38	Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки.	2	
39-40	Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.	2	
41-42	Сухая и влажная уборка помещений.	2	
43-52	<i>Питание. Уроки по разделу «Поварское дело».</i> <i>Приложение №1</i>	10	

<i>VI четверть (16 часов)</i>			
Культура поведения		4	
53-54	Поведение в музее, библиотеке, на улице. Ролевая игра «Запишите меня в библиотеку», «Здравствуй, театр!»	2	
55-56	Поведение за столом. Правила приема пищи. Упражнение по этикету. Проведение чаепития в классе.	2	
<i>Торговля</i>		6	
57-58	Основные виды магазинов и их назначение.	2	
59-60	Виды отделов. Товары и цены.	2	
61-62	Экскурсия в продуктовый магазин.	2	
<i>Транспорт</i>		6	
63-64	Виды транспортных средств.	2	
65-66	Правила поведения в общественном транспорте и на улице.	2	
67-68	Правила и знаки дорожного движения. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно; правила передвижения по улице.	2	

Описание материально-технического обеспечения.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Оснащение учебного процесса имеет свои особенности, определяемые спецификой предмета «Основы социальной жизни». Занятия проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для обучающихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Технические средства обучения

1. Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.

2. Карточки с заданиями, перфокарты.

3. Раздаточный материал.

4. Дидактический материал.

5. Презентации.

6. Оборудование кабинета.

Компьютерные технологии

1. ноутбук, телевизор

Интернет-ресурсы

1. <http://www.ed.gov.ru>,

2. <http://www.rfh.ru>,

3. <http://www.int-edu.ru>,

4. <http://www.rsl.ru>,

5. <http://www.gnpbu.ru>,

6. <http://www.pedlib.ru>,

7. <http://dic.academic.ru>,

8. <http://dictionary.fio.ru>

Приложение № 1 к рабочей программе «Основы социальной жизни».

Раздел «Поварское дело»

Целью данного раздела является:

- формирование у обучающихся навыков использования современных кулинарных технологий;
- формирование у обучающихся необходимого запаса знаний, навыков и умений, направленных на социальную адаптацию выпускников школы;
- воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, целеустремленности, ответственности за результаты своей деятельности;
- получение опыта применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.

Задачи:

- воспитание элементов трудовой культуры: организация рабочего места, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение техники безопасности;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу;
- приобретение опыта применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.

Общая характеристика раздела «Поварское дело»

Адаптированная рабочая программа занятий «Поварское дело» требует активного использования знаний, полученных в ходе изучения образовательных предметов.

Программа знакомит с работой повара, приготовлением разных блюд. Занятия предусматривают повышение общего развития учащихся, формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации.

В практической деятельности развивается речь учащихся. Программа

направлена на привития детям уважения к труду взрослых, их старших товарищей и сверстников.

Обязательным при обучении поварскому делу является изучение и соблюдение правил безопасности работы и гигиены труда при работе на всех рабочих местах, при проведении практических работ.

При обучении по данной программе следует использовать специфические для коррекционной школы методы: опираться на наглядные примеры, включать в подготовительную деятельность предметные действия, проговаривание вслух, работать с демонстрационными технологическими картами, дидактическими играми. Особое внимание уделяется повторению учебного материала.

Программа предусматривает дифференцированный подход к обучению.

Результаты изучения курса

Должны знать:

- назначение резиновых перчаток, правила бережного обращения;
- виды и назначение кухонной посуды;
- правила ухода за кухонной посудой;
- технологию приготовления первых блюд;
- технологию приготовления вторых блюд;
- технологию приготовления холодных закусок и салатов;
- виды напитков;
- составление меню;

Должны уметь:

- планировать работу по инструкции учителя;
- ориентироваться по образцу выполненной операции;
- коллективное планирование последовательности рабочих операций.

Должны уметь готовить:

- холодные блюда;

- салаты из свежих и вареных овощей;
- первые блюда из овощей;
- вторые блюда из овощей;
- готовить блюда из круп и макаронных изделий.

Содержание раздела «Поварское дело»

5 класс

Предметные результаты освоения раздела «Поварское дело»:

Минимальный уровень:

- знать, из чего состоит еда;
- различать виды бутербродов;
- выполнять правила заваривания чая;
- выполнять правила сервировки чайного стола и подачи бутербродов;
- знать назначение кухонных принадлежностей и посуды;
- выполнять правила техники безопасности при пользовании бытовыми приборами;
- понимать и выполнять санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления блюда и к использованию химических средств для ухода за посудой и посудомоечной машиной.

Достаточный уровень:

- уметь резать ножом продукты для бутербродов и салатов; – классифицировать продукты питания по содержанию в них различных веществ; – выполнять калькуляцию салата (из расчёта на 2-3 порции);
- готовить тосты с использованием тостера;
- сервировать стол с учётом конкретного меню (подача бутербродов, чайный стол);
- мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду в раковине;
- работать по технологической карте;
- уметь пользоваться бытовой техникой (тостер, электрический чайник);

- пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам;
- уметь оказать первую помощь при порезах, ожогах паром или кипятком;
- использовать в повседневной жизни социально–бытовые умения и навыки, связанные с приготовлением еды;
- развивать трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности.

Содержание учебного предмета

Правила поведения

Правильно вести себя за столом во время приёма еды (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу); вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым; не оставлять на производственном столе после использования ножи, вилки, ложки, тарелки, разделочные доски; соблюдать правила безопасного поведения на кухне.

Кухонные принадлежности

Повторять и закреплять виды посуды и кухонного инвентаря. Соблюдать правила при использовании посуды: не ставить на плиту (варочную панель) пустые кастрюли, не соскабливать остатки пищи ножом или ложкой. Знакомиться с правилами ухода за различными видами посуды. Закреплять и практически применять знания при уходе за кухонными принадлежностями в практической деятельности. Лабораторно-практические и практические работы. Подготовка посуды и инвентаря к приготовлению еды. Приведение помещения кухни в соответствие с требованиями санитарии и гигиены. Оказание первой помощи при ожогах, порезах и других травмах».

Правила пользования и ухода за посудой

Знакомиться со средствами по уходу за посудой. Знать правила безопасности при использовании химических средств и их влияние на здоровье человека. Приобретать практические навыки при мытье посуды с

применением моющих средств. Знать, что хорошее средство для мытья посуды позволяет избавиться от жира, грязи, не издает неприятных резких ароматов.

Бытовая техника (тостер, электрический чайник, варочная панель)

Знакомиться с бытовой техникой. Знать роль бытовой техники в жизнедеятельности человека. Давать характеристику бытовым приборам. Определять значение своевременного ухода за бытовой техникой. Уметь правильно работать с бытовой техникой, согласно инструкции. Классифицировать разнообразие моющих средств. Уметь работать с бытовой техникой с соблюдением правил безопасности в практической деятельности.

Питание

Физиология питания

Питание как физиологическая потребность. Пищевые (питательные) вещества. Значение белков, жиров, углеводов для жизнедеятельности человека. Режим питания.

Практическая работа. Составление индивидуального режима питания.

Бутерброды и горячие напитки

Продукты, применяемые для приготовления бутербродов. Значение хлеба в питании человека. Профессия пекарь. Виды бутербродов. Технология приготовления бутербродов. Инструменты и приспособления для нарезания продуктов. Требования к качеству готовых бутербродов. Подача бутербродов.

Виды горячих напитков (чай, кофе, какао, цикорий, горячий шоколад). Сорта чая, их вкусовые достоинства, полезные свойства. Технология заваривания, подача чая. Какао. Полезные свойства какао. Получение какао-порошка. Технология приготовления какао, подача напитка. **Практические работы.** Приготовление и оформление бутербродов.

Приготовление горячих напитков (чай, какао). Дегустация блюд. Оценка качества.

Блюда из овощей и фруктов

Пищевая (питательная) ценность овощей и фруктов. Способы хранения овощей и фруктов. Общие правила механической кулинарной обработки овощей. Особенности обработки листовых и пряных овощей, лука и чеснока, тыквенных овощей, томатов, капустных овощей. Правила измельчения овощей, наиболее распространённые формы нарезки овощей. Инструменты и приспособления для нарезки. Приобретать начальные навыки работы с режущими инструментами (нож, мясорубка, терка). Называть правила и приёмы техники безопасности с режущими инструментами. Классифицировать способы нарезки овощей: кубиками, соломкой. Определять последовательность нарезки овощей. Выполнять простые формы нарезки овощей. Определять место расположения рецепта в книге. Уметь правильно произвести расчёт салата по калькуляции.

Блюда из яиц

Значение яиц в питании человека. Использование яиц в кулинарии. Меры предосторожности при работе с яйцами. Способы определения свежести яиц. Способы хранения яиц. Технология приготовления блюд из яиц. Способы варки куриных яиц: всмятку, в «мешочек», вкрутую. Подача варёных яиц. Жарение яиц: приготовление яичницы-глазуньи, омлета натурального. Подача готовых блюд.

Практические работы. Определение свежести яиц. Приготовление блюд из яиц. Дегустация блюд. Оценка качества.

Приготовление завтрака. Сервировка стола к завтраку

Меню завтрака. Понятие о сервировке стола. Особенности сервировки стола к завтраку. Набор столового белья, приборов и посуды для завтрака. Способы складывания салфеток. Правила поведения за столом и пользования приобретенное в рамках федерального проекта «Современная школа» столовыми приборами.

При изучении раздела «Питание» используется оборудование национального проекта "Образование".

Тема	Оборудование
<p>Питание</p> <p>1.Кухня, кухонная посуда. Уход за посудой</p> <p>2. Овощи и фрукты. Обработка овощей. Кухонный комбайн и работа с ним. Блюда из овощей. Винегрет.</p> <p>3.Кухня, кухонная посуда. Уход за посудой. Правила мытья и чистки посуды. Посудомоечная машина и работа с ней.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ножеточка на присосках ● Нескользящий коврик для посуды ● Нескользящая миска для смешивания продуктов ● Миксер ● Духовой шкаф ● Плита индукционная ● Кухонный комбайн ● Набор столовых приборов ● Холодильник ● Микроволновая печь ● Тостер ● Соковыжималка ● Электрическая мясорубка ● Раковина ● Кухонный гарнитур – напольные и навесные ящики для хранения ● Набор посуды для приготовления с крышками (сковороды, кастрюли) ● Комплект учебно-методических материалов по направлению «Поварское дело»

Календарно-тематическое планирование 5 класс (24 часа)

№ урока	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Вводный урок. Что изучает кулинария. Значение кулинарии в жизни человека. Правила поведения и техника безопасности в кабинет. Виды травм. Инструктаж по ТБ.	1	
2	Виды посуды. Правила ухода за различными видами посуды. Химические средства для ухода за посудой. Техника безопасности при использовании химических средств.	1	
3	Столовая посуда и столовые приборы. Способы ухода за посудой. Практическая работа «Уход за столовой посудой».	1	
4	Знакомиться с бытовой техникой (тостер, варочная	1	

	панель, электрический чайник), работа с бытовой техникой с соблюдением правил безопасности в практической деятельности.		
5	Правильное питание – как залог здорового питания. Режим питания. Правила рационального питания на каждый день. Практическая работа «Составление рационального питания на день».	1	
6	Хлеб – всему голова. Виды хлеба. Полезные свойства хлеба. Хранение хлеба. Значение хлеба в питании человека. Профессия «пекарь».	1	
7-8	Бутерброды. История возникновения бутербродов. Значение бутербродов в питании. Виды бутербродов. Практическая работа «Приготовление бутербродов».	2	
9	Тостер: устройство, набор функций, режим работы. Техника безопасности при использовании тостера. Практическая работа «Приготовление тостов».	1	
10	Сервировка стола. Правила этикета. Последовательность сервировки стола. Набор столового белья, салфеток, приборов и посуды для сервировки стола.	1	
11	Напитки. Виды напитков. Роль напитков в питании человека. Полезные свойства напитков. Практическая работа «Определение напитков по цвету, вкусу». Полезные и вредные напитки.	1	
12-13	Электрический чайник. Правила эксплуатации электрического чайника. Соблюдение правил безопасности. Чай, сорта чая, полезные свойства. Технология заваривания чая. Правила подачи чая. Практическая работа «Заваривание чая». Оценка качества работы.	2	
14-15	Овощи. Овощи в кулинарии. Как выбрать овощи. Подготовка к употреблению в пищу. Способы хранения овощей. Холодильник. Назначение. Устройство. Правила ухода и эксплуатации: размещение, загрузка.	2	
16-17	Технология приготовления салатов из варёных овощей. Условия варки овощей для салатов, способствующие сохранению питательных веществ и витаминов.	2	
18-19	Салат из свежих овощей. Технология приготовления витаминного салата из моркови.	2	
20-21	Значение яиц в питании человека. Виды и категории	2	

	яиц. Как выбирать и хранить яйца. Способы определения свежести яиц.		
22-23	Блюда из яиц. Жарение яиц: приготовление яичницы-глазуньи, омлета натурального. Подача готовых блюд.	2	
24	Меню завтрака. Понятие о сервировке стола. Особенности сервировки стола к завтраку.	1	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133600552358087161194895262509558337786447861766

Владелец Рыбин Александр Николаевич

Действителен с 21.03.2024 по 21.03.2025