

**II Республиканский конкурс «Педагогические горизонты–2021»  
для педагогов организаций образования разных видов,  
ориентированных на обучение и развитие детей и подростков  
с ограниченными возможностями здоровья**

---

**Номинация** «Лучшая методическая разработка дидактического раздаточного инструментария».

**Автор** **Т.К. УЛЬЧЕНКОВА.**

**Вид дидактического инструментария:** виды заданий по теме «Салаты».

**Тема учебного предмета** «Основы социальной жизни». Раздел «Питание».

**Класс, группа (возраст детей):** 8 класс, 14–15 лет.

**Специфические особенности обучаемого контингента:** обучающиеся с интеллектуальными нарушениями.

### **Пояснительная записка**

*Кулинария* – это искусство приготовления пищи, а приготовление пищи – самая древняя сфера человеческой деятельности.

Предлагаемый дидактический материал предназначен для учителей, преподающих предмет «Основы социальной жизни», специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида.

Виды заданий дидактического раздаточного инструментария оказывают помощь при изучении предмета «ОСЖ», раздел «Питание», при практической подготовке обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни.

**Цель:**

– формирование и развитие у обучающихся навыков и умений, которые послужат основой для дальнейшей успешной самостоятельной жизни.

### **Задачи:**

- углубленное знакомство учащихся с современной технологией приготовления пищи;
- разработка технологических карт, схем, таблиц, технологического диктанта.

### **Актуальность:**

- использование различных методов, которые помогут активизировать познавательную деятельность обучающихся со сниженным интеллектом, стимулировать их мыслительные процессы, а также формировать и развивать навыки приготовления пищи.

В процессе выполнения заданий учащиеся должны:

- понять, осмыслить, подумать, что нужно сделать;
- высказать нужную информацию, дать полный ответ, обходясь без наводящих вопросов.

**Мы живем не для того, чтобы есть,  
а едим для того, чтобы жить.**



**Сократ**

Здоровье – это то, что нельзя купить за деньги, но мы можем помочь нашему организму сохранить то, что подарила нам сама природа!

Дидактический раздаточный инструментарий подготовлен в соответствии с Примерной адаптированной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Министерство образования и науки Российской Федерации. 3-е издание. – М.: Просвещение, 2019.

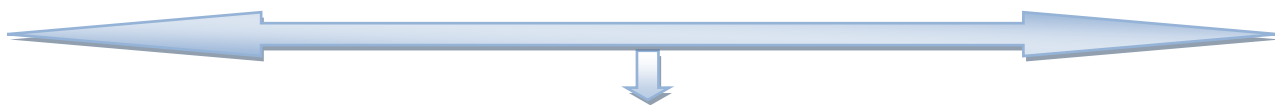
Предлагаемые материалы помогут учителю эффективно организовать процесс обучения, повысить актуальную самостоятельную деятельность детей по теме «Салаты» на примере салата «Радость».

## Хороший повар дороже любого врача



### Тема «В салате овощи и фрукты – полезные продукты»

Салат – это холодное блюдо, которое, как правило, относят к закускам, состоящее из одного или нескольких видов продуктов.



<i>Мясной салат</i>	<i>Фруктовый салат</i>	<i>Салат ассорти</i>
		
<i>Салат из сырых овощей</i>	<i>Рыбный салат</i>	<i>Салат из отварных овощей</i>
		

**Технологический процесс – подготовка продуктов к приготовлению салата.**

**Необходимые продукты для приготовления салата «Радость»**



*Куриная грудка*



*Консервированная кукуруза*



*Майонез*



*Лук зеленый*



*Сыр*



*Соленые огурцы*



*Яйца*



*Укроп*

**Технологические этапы приготовления салата «Радость»**

Этапы	Подготовка продуктов для приготовления салата
1	Выбор экологически чистых продуктов
2	Экономическое обоснование, покупка продуктов
3	Первичная обработка продуктов: взвесить, промыть под проточной водой
4	Тепловая обработка продуктов (варка куриной грудки, яйца)
5	Вторичная обработка продуктов: очистить от скорлупы яйцо и нарезать
6	Геометрическая форма нарезки продуктов
7	Соединение продуктов друг с другом
8	Все нарезанные продукты посолить
9	Заправка майонезом
10	Оформление и подача блюда
11	Дегустация

**Для того чтобы быть здоровым, надо правильно питаться, необходимо покупать экологически чистые продукты.**

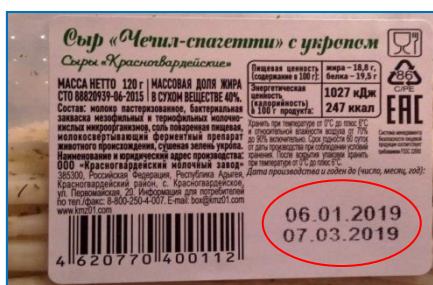


**Экологическое обоснование** – это экологически чистые продукты питания без химических добавок.

Должны определить:

- 1) из чего приготовлен данный продукт (на упаковке прочитать);
- 2) когда был приготовлен продукт (число, месяц, год);
- 3) срок годности, сколько может храниться (число, месяц, год);
- 4) где и как хранится продукт во время продажи.

### **Срок годности**



**Срок годности** – время хранения продуктов питания, в течение которого они остаются безопасными для употребления, может обозначаться датой, когда этот срок истекает (вместе с датой производства).

### **Выбор экологически чистых продуктов**

1. При покупке яиц нужно обратить внимание на внешний вид, свежесть яйца на момент покупки, как и где хранятся яйца.
2. При покупке майонеза нужно обратить внимание на внешний вид, дату изготовления, срок хранения, из каких продуктов был приготовлен майонез, как и где хранится майонез.
3. При покупке сыра нужно обратить внимание на его внешний вид, свежесть сыра, дату изготовления, срок хранения, как и где хранится сыр.
4. При покупке консервированной кукурузы нужно обратить внимание на внешний вид банки, дату изготовления, срок хранения, как и где хранится кукуруза.

5. При покупке куриной грудки нужно обратить внимание на ее внешний вид, цвет, срок хранения, как и где хранится куриная грудка.

6. При покупке кислых огурцов нужно обратить внимание на их внешний вид, дату изготовления, срок хранения, как и где хранятся кислые огурцы.

Блюда необходимо готовить перед употреблением.

### Экономическое обоснование

**Экономическое обоснование** – денежные затраты на покупку продуктов для приготовления салата.



**Стоимость салата «Радость» можно вычислить следующим образом:**

1. Стоимость всех продуктов для приготовления данного блюда.
2. Количество порций.
3. Стоимость одной порции.

Расчеты в виде таблицы.

Наименование продукта	Количество (вес продукта)	Цена за 1 кг	Сумма
Грудка куриная	500 г	40 руб.	20 руб.
Кукуруза консервированная	1 банка	10 руб.	10 руб.
Яйцо куриное	10 шт.	14 руб.	14 руб.
Майонез	200 г	14 руб.	14 руб.
Соленый огурец	200 г	30 руб.	6 руб.
Сыр	200 г	80 руб.	16 руб.
<b>Итого</b>			<b>80 руб.</b>

Стоимость всех продуктов для приготовления данного блюда: **80 рублей.**

Количество порций, которые можно приготовить: **10 порций.**

Одна порция будет стоить **8 рублей.**

**Оформление и подача салата «Радость»  
юного кулинара 8 «А» класса**





**Технологическая карта – это последовательность приготовления блюда.**

**Технологическая карта салата «Радость»**

<b>Наименование продукта</b>	<b>Количество</b>	<b>Последовательность</b>	<b>Посуда и инвентарь</b>
1. Куриная грудка 	500 г	Первичная обработка куриной грудки. Куриную грудку промыть под проточной водой. Тепловая обработка (варка), отварить, охладить, нарезать кубиками, соединить с продуктами	Нож, разделочная доска, миска, тарелка, ложка, кастрюля, прихватки, подставка
2. Кукуруза 	1 банка	Первичная обработка консервированной кукурузы. Открыть банку открывалкой, слить жидкость, соединить с продуктами	Открывалка, миска, тарелка, ложка
3. Яйцо 	10 шт.	Первичная обработка яйца. Посчитать, промыть под проточной водой, проверить на свежесть, залить водой, воду посолить, варить 10 минут. Охладить, очистить, нарезать кубиками, соединить с продуктами	Нож, разделочная доска, миска, тарелка, ложка, солонка, кастрюля, прихватки, подставка
4. Майонез 	200 г	Первичная обработка майонеза. Проверить на свежесть, дату и срок хранения, открыть и соединить с продуктами	Нож, миска, тарелка, ложка
5. Солёный огурец 	200 г	Первичная обработка соленого огурца. Взвесить, нарезать кубиками, соединить с продуктами	Нож, разделочная доска, миска, тарелка, ложка
6. Сыр 	200 г	Первичная обработка сыра. Взвесить, нарезать кубиками, соединить с продуктами	Нож, разделочная доска, миска, тарелка, ложка



7. Соль 	По вкусу	Первичная обработка соли. Взвесить, соединить с продуктами, перемешать	Солонка, ложка, миска
8. Лук зеленый 	100 г	Первичная обработка лука. Промыть, высушить, нарезать кубиками	Нож, разделочная доска, миска, тарелка, ложка

### Проверка знаний пройденного материала

**Задание 1. Напишите последовательность подготовки куриной грудки для приготовления салата.**





1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_ 3. \_\_\_\_\_ 4. \_\_\_\_\_ 5. \_\_\_\_\_ 6. \_\_\_\_\_

**Задание 2. Что надо сделать перед добавлением кукурузы в салат?**



1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_ 3. \_\_\_\_\_ 4. \_\_\_\_\_ 5. \_\_\_\_\_

**Задание 3. Какие действия необходимо совершить до очистки и нарезки яйца?**

?	?	?		
1. _____	2. _____	3. _____	4. _____	5. _____

**Задание 4. Какая форма нарезки соленых огурцов нужна для приготовления салата?**



1. \_\_\_\_\_



2. \_\_\_\_\_



3. \_\_\_\_\_



4. \_\_\_\_\_

**Задание 5. Какой сыр нельзя употреблять в пищу и почему?**



1. \_\_\_\_\_



2. \_\_\_\_\_






3. \_\_\_\_\_



4. \_\_\_\_\_

**Задание 6. Какие действия необходимо произвести с подготовленными продуктами?**

	<p>1. _____</p>	<p>2. _____</p>	<p>3. _____</p>
<p>4. _____</p>	<p>5. _____</p>	<p>6. _____</p>	<p>7. _____</p>
	<p>8. Все подготовленные продукты _____ друг с другом</p>		

	9. Все подготовленные продукты _____ по вкусу
	10. Все подготовленные продукты _____ и аккуратно перемешать
	11. Готовый салат _____ к столу

**Задание 7. Технологический диктант по теме «Салаты».**

1. Салат «Радость» называют еще холодной \_\_\_\_\_.
2. Перед тепловой обработкой куриную грудку, яйца \_\_\_\_\_ под \_\_\_\_\_ водой и \_\_\_\_\_.
3. Куриную грудку, яйцо, сыр, соленый огурец, лук зеленый для салата нарезают в форме \_\_\_\_\_.
4. После открытия банки с консервированной кукурузой жидкость обязательно надо \_\_\_\_\_.
5. Все нужные продукты необходимо \_\_\_\_\_ друг с другом и посолить.
6. Соединенные продукты заправляют \_\_\_\_\_.
7. Консистенция таких продуктов, как сыр, куриная грудка, яйца, зеленый лук, должна быть \_\_\_\_\_, а консистенция соленого огурца \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.
8. Салат оформляют и подают.



### **Задание 8. Продолжите письменно предложения.**

1. Салат – это холодное \_\_\_\_\_, которое, как правило, относят к \_\_\_\_\_ . Обычно его подают \_\_\_\_\_ .

2. Салаты бывают:

- 1) \_\_\_\_\_,    2) \_\_\_\_\_,    3) \_\_\_\_\_,  
4) \_\_\_\_\_,    5) смешанные.

3. Входящие в состав салата продукты могут быть:

- 1) сырые,    2) \_\_\_\_\_,    3) \_\_\_\_\_,  
4) \_\_\_\_\_.

4. Какие еще продукты можно использовать в приготовлении салата?

- 1) грибы, 2) \_\_\_\_\_, 3) \_\_\_\_\_,  
4) \_\_\_\_\_, 5) \_\_\_\_\_.

5. Этапы приготовления салата:

- 1) взвесить, 2) \_\_\_\_\_, 3) промыть под проточной водой,  
4) \_\_\_\_\_, 5) промыть, 6) \_\_\_\_\_, 7) \_\_\_\_\_,  
8) \_\_\_\_\_.

6. По способу обработки продуктов салаты делятся:

- 1) на первичную обработку, 2) \_\_\_\_\_, 3) \_\_\_\_\_.

7. Форма нарезки продукта для салата:

- 1) \_\_\_\_\_, 2) \_\_\_\_\_, 3) \_\_\_\_\_,  
4) \_\_\_\_\_, 5) фигурная нарезка.

8. Чем можно заправить салаты?

- 1) маслом оливковым, 2) \_\_\_\_\_, 3) \_\_\_\_\_,  
4) \_\_\_\_\_, 5) \_\_\_\_\_.

9. По вкусовым качествам салаты могут быть:

- 1) \_\_\_\_\_, 2) \_\_\_\_\_, 3) кислые,  
4) \_\_\_\_\_, 5) \_\_\_\_\_.

10. Если салат долго хранить, а затем его употребить в пищу, что произойдет с человеком?

- 1) \_\_\_\_\_.

11. Какие действия нужно оказать при пищевом отравлении?

- 1) оказать \_\_\_\_\_,  
2) вызвать \_\_\_\_\_.

**Дегустация – определение блюда по внешнему виду, геометрической форме, цвету, запаху, консистенции, вкусу.**

**Дегустационный лист салата «Радость»**



<b>Наименование показателя качества</b>	<b>Характеристика показателя качества</b>	<b>Характеристика приготовленного блюда</b>	<b>Заключение дегустаторов</b>	<b>Основные дефекты</b>
Внешний вид	Аппетитно выглядит, эстетично украшен	Вид красивый и аппетитный	Соответствует требованиям	Неэстетически выглядит, нарушили рецептуру приготовления
Геометрическая форма	Мелкие отдельные кубики одинаковой формы, нарезаны все продукты	Геометрическая форма, соответствует требованиям	Соответствует требованиям	Часть продуктов потеряла форму кубиков, часть продуктов сохранила форму кубиков
Цвет	Продукты, входящие в состав салата, должны соответствовать своему цвету	Цвет овощей, входящих в состав салата, соответствует своему цвету	Соответствует требованиям	Продукты потемнели, изменили цвет
Запах	Запах соленого огурца, мяса, яиц и майонеза	Запах, свойственный свежим продуктам, из которых он приготовлен	Соответствует требованиям	Запах, свойственный несвежим продуктам

Консистенция	Консистенция куриной грудки, яйца мягкая, сочная, нежная, а огурца твердая и хрустящая	Консистенция соответствует требованиям	Соответствует требованиям	Консистенция – часть продуктов мягкая, а часть продуктов твердая, несочетание продуктов
--------------	--	--	---------------------------	---

### Список литературы

1. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Министерство образования и науки Российской Федерации. 3-е издание. – М.: Просвещение, 2019.

2. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. 5–9 классы. Сборник 1 / под ред. В.В. Воронковой. – М.: Владос, 2012.

3. Барановский В.А., Шатун Л.Г. Повар. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.

4. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида. 5–9 классы: пособие для учителя. – М.: Владос, 2005.

5. Симоненко В.Д. Технология. 5 класс. – М.: Вентана-Граф, 2006.

6. Симоненко В.Д. Технология. 6 класс. – М.: Вентана-Граф, 2007.

7. Симоненко В.Д. Технология. 7 класс. – М.: Вентана-Граф, 2010.

8. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка: 5 класс. Учебное пособие для специальных (коррекционных) школ VIII вида. – М.: Владос, 2013.

9. <https://sites.google.com/site/mbdouno4ulybka/dla-roditelej/zagadki-i-stihi>

10. <http://kidwelcome.ru/zagadki-dlya-detei/>