ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

«ХИМИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ г. САЯНСКА»

УТВЕРЖДено:

Приказом директор ГБПОУ ХТТ г. Саянска

№123-ос от «1» сентября 2023 г.

**Адаптированная образовательная программа профессиональной подготовки**

Профессия – Повар

Разряд – 2-й

Код профессии – 16675

**Саянск 2023**

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Пояснительная записка** | **3** |
| **2** | **Учебный план** | **4** |
| **3** | **Календарный учебный график** | **4** |
| **4** | **Тематические планы** | **4** |
| **4.1** | **Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве** | **4** |
| **4.2** | **Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров** | 5 |
| **4.3** | **Охрана труда** | 6 |
| **4.4** | **Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний** | 7 |
| **4.5** | **Коммуникативный практикум** | 8 |
| **4.6** | **Адаптивная физическая культура** | 9 |
| **4.7** | **Выполнение работ по профессии «Повар»** | 10 |
| **4.8** | **Учебная практика** | 13 |
| **5** | **Задания для итоговой аттестации** | **14** |
| **6** | **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы** | **16** |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Адаптированная образовательная программа профессиональной подготовки по профессии «Повар» (далее - Программа) разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 г., №181-ФЗ;

3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 26 августа 2020 года № 438 «Об утверждении  Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;

4. Единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих (ЕТКС);

5. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 2 июля 2013 г. №513 «Об утверждении перечня профессий рабочих и должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение» (с изменениями и дополнениями от 16 декабря 2013 г., 28 марта, 27 июня 2014 г., 3 февраля 2017 г., 12 ноября 2018 г., 25 апреля 2019 г., 1 июня 2021 г.);

6. Локальных нормативных актов ГБПОУ ХТТ г. Саянска

Программа направлена на получение профессиональных навыков лицами с ограниченными возможностями здоровья, а именно с диагнозом «умственная отсталость умеренная».

Программа составлена с учетом следующих заключений, выданных лицам с ОВЗ, зачисляемых на обучение по Программе:

1. по врачебным профессионально-консультативным заключениям лица с ОВЗ к профессиональной деятельности – годны;
2. по заключению психолого-медико-педагогической комиссии для лица с ОВЗ, зачисляемых на Программу:

* не требуется особых специальных технических средств обучения, архитектурной доступности и предоставления услуг ассистента (помощника), тьютера;
* форма обучения – очная;
* режим обучения – полный;
* специальные учебники и дидактические пособия – в соответствии с адаптированный программой.

Программа разработана с учетом особенностей психофизического развития и состояния здоровья обучающихся. При проведении учебных занятий преподавателям следует учитывать, что обучающиеся имеют низкий уровень самостоятельности и нуждается в контроле и дополнительных инструкциях при выполнении теоретических и практических заданий. Внеаудиторная самостоятельная работа программой не предусмотрена

Продолжительность учебного часа теоретических и практических занятий составлять 30 минут. В неделю проводится не более 20 часов, в том числе в период проведения учебной практики.

Содержание программы представлено учебным планом, календарным учебным графиком, тематическим планированием по дисциплинам, тематическим планированием учебной практики, заданиями для итоговой аттестации

**Квалификационные характеристики выпускника по Программе**

**Характеристика выполняемых работ.** Выполнение вспомогательных работ при изготовлении блюд и кулинарных изделий. Очистка, доочистка картофеля, плодов, овощей, фруктов, ягод до или после их мойки с помощью ножей и других приспособлений. Переборка зелени, плодов, овощей, ягод, картофеля. Удаление дефектных экземпляров и посторонних примесей. Мойка овощей, промывка их после очистки, доочистки. Нарезка хлеба, картофеля, овощей, зелени. Размораживание рыбы, мяса, птицы. Потрошение рыбы, птицы, дичи. Разделка сельди, кильки. Обработка субпродуктов.

**Должен знать:** правила первичной кулинарной обработки исходного сырья и продуктов и требования, предъявляемые к качеству полуфабрикатов из них; правила нарезки хлеба; сроки и условия хранения очищенных овощей; устройство, правила регулирования и эксплуатации хлеборезательных машин разных марок; приемы работы при ручной и машинной нарезке хлеба.

**Учебный план (отдельный документ)**

**Календарный учебный график (отдельный документ)**

**Тематические планы**

**Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся** | | **часы** |
| ***Раздел 1.Основы микробиологии. Пищевые инфекции.*** | | **11** |
| 1 | **Понятие о микроорганизмах.** Морфология микробов. Физиология микробов. Влияние условий среды на жизнедеятельность микробов. Распространение микробов в природе. | 1 |
| 2 | **Микробиология мяса и мясопродуктов.** Микробиология рыбы и рыбных продуктов. Микробиология стерилизованных баночных консервов. Микробиология молока и молочных продуктов. | 1 |
| 3 | **Микробиология пищевых жиров.** Микробиология яиц и яичных продуктов. Микробиология овощей плодов и продуктов их переработки. | 1 |
| 4-5 | **Практическое занятие №1** Составление схемы устройства микроскопа и техники микрокопирования. | 2 |
| 6-7 | **Практическое занятие №2** Составление схемы строения плесневых грибов | 2 |
| 8-9 | **Практическое занятие №3** Заполнение таблицы по строению дрожжей | 2 |
| 10-11 | **Практическое занятие №4** Составление таблицы по микробиологии основных пищевых продуктов | 2 |
| ***Раздел 2.Пищевые инфекции, пищевые отравления и глистные заболевания.*** | | **8** |
| 12 | **Болезнетворные микробы.** Бактерионоситель. Инкубационный период. | 1 |
| 13 | **Понятие о пищевых инфекциях**. Пути их распространения. Острые кишечные. Инфекции. Зоонозы. Пищевые инфекции. | 1 |
| 14 | **Пищевые отравления бактериального происхождения.** Микотоксикозы. Пищевые отравления немикробного происхождения. | 1 |
| 15 | **Профилактика пищевых отравлений**. Значение соблюдения санитарных правил, содержания производства, инвентаря, оборудования. Бракераж пищи. | 1 |
| 16-17 | **Глистные заболевания.** Глисты. Сущность глистных заболеваний. | 2 |
| 18-19 | **Практическое занятие №5** Заполнение сравнительной таблицы ботулинус и стафилококк | 2 |
| ***Раздел 3.Основы гигиены и санитарии*** | | **16** |
| 20 | **Основные сведения о санитарии и гигиене труда.** Рациональная организация трудового процесса. Предупреждение производственного травматизма и оказание доврачебной помощи. Инфекционные заболевания персонала предприятий общественного питания и их предупреждение. | 1 |
| 21 | **Личная гигиена работников предприятий общественного питания.** Медицинское обследование работников общественного питания, их цель и виды. | 1 |
| 22 | **Санитарные требования к устройству и содержанию предприятий общественного питания.** Требования к санитарному содержанию предприятий общественного питания. | 1 |
| 23-24 | **Классификация моющих средств**, правила их применения, условия и сроки их хранения; правила проведения дезинфекции, дезинсекции, дератизации | 2 |
| 25 | **Санитарные требования** к оборудованию, инвентарю, посуде и таре. Санитарные требования к кулинарной обработке пищевых продуктов. | 1 |
| 26 | **Санитарные требования к механической кулинарной обработке продуктов.** Санитарные требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд. | 1 |
| 27 | **Санитарные требования к приготовлению холодных и сладких блюд.** Санитарные требования к пищевым добавкам. Санитарный контроль качества готовой пищи. | 1 |
| 28-29 | **Практическое занятие №6** Приготовление растворов дезинфицирующих и моющих средств | 2 |
| 30-31 | **Практическое занятие №7** Санитарно – микробиологическое исследование предприятия методом смывов с поверхности рук, одежды, инвентаря, оборудования. | 2 |
| 32-33 | **Практическое занятие №8** Проведение контроля качества готовой продукции. | 2 |
| 34-35 | **Практическое занятие №9** Заполнение таблицы «Классификация моющих средств» | 2 |
| 36-37 | **Зачет** | 2 |
| **Всего** | | **37** |

**Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | | **Объем часов** |
| ***Раздел 1.Пищевые вещества и их значение.*** | | **6** |
| 1 | **Значение питания в жизни человека.** Питание, пища, пищевые вещества. История и эволюция питания человека. | 1 |
| 2 | **Белки.** Функции белка. Строение и аминокислотный состав белков. Пищевая ценность белков. Переваривание белков и усвоение аминокислот. Пути расходования аминокислот. Потребность в белке. | 1 |
| 3 | **Жиры.** Строение и классификация жиров в пище. Переваривание и всасывание жиров. Незаменимые жирные кислоты. Значение холестерина и пищевых жиров в развитии атеросклероза. Жиры в пищевых продуктах. | 1 |
| 4 | **Углеводы.** Строение, классификация и свойства углеводов пищи. Углеводы в пищевых продуктах. | 1 |
| 5 | **Витамины в питании и профилактика витаминной недостаточности.** Физиологическая роль витаминов. Недостаточность витаминов: авитаминозы и гиповитаминозы. Потери витаминов при кулинарной обработке и хранении пищи. Профилактика недостаточности витаминов. | 1 |
| 6 | **Минеральные вещества.** Общие функции минеральных веществ. Пища – источник минеральных веществ. Физиологическое значение отдельных минеральных веществ. Вода. Функции воды. Потребность в воде. | 1 |
| ***Раздел 2. Физиология пищеварения, питание различных групп населения.*** | | **10** |
| 7 | **Пищеварительная система человека.** Всасывание пищевых веществ. Усвояемость пищи. Аппетит и голод. Четыре основных вкуса. Непереносимость пищи. | 1 |
| 8 | **Обмен веществ и энергии.** Общие понятия об обмене веществ. Суточный расход энергии человека. Энергетическая ценность пищи и энергетический обмен. Энергетические затраты организма и потребность в энергии. Пища как источник энергии. Баланс энергии. Регуляция массы тела. | 1 |
| 9 | **Рациональное сбалансированное питание.** Рацион питания. Нормы и принципы. Особенности питания детей и подростков. Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Суточная потребность человека в питательных веществах. | 1 |
| 10 | **Лечебное питание.** Задачи и принципы лечебного питания. Характеристика диет. Лечебно – профилактическое питание. Вегетарианство. «Модные» диеты и забота о внешнем виде и фигуре. | 1 |
| 11-12 | **Практическое занятие №1** Определение энергетической ценности блюд. | 2 |
| 13-14 | **Практическое занятие №2** Определение энергетических затрат и питательной ценности рациона. | 2 |
| 15-16 | **Практическое занятие №3** Составление пищевого рациона. | 2 |
| ***Раздел 3. Основы товароведения продовольственных товаров*** | | **19** |
| 17 | **Предмет и задачи товароведения.** Понятие о товаре и товароведении. Понятие об ассортименте и товарном сорте. Понятие об энергетической ценности пищи. Пищевая ценность продуктов питания. Стандартизация пищевых продуктов. Классификация продовольственных товаров. Ассортимент, вид, сорт. | 1 |
| 18 | **Ассортимент и характеристика овощей, плодов, грибов и продуктов их переработки**; общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, упаковки транспортирования и их реализации. | 1 |
| 19 | **Ассортимент и характеристика рыбы и рыбных продуктов**: живой, охлажденной, мороженой рыбы и рыбного филе, соленой, вяленной и сушеной рыбы, копченной и маринованной рыбы, рыбных консервов и пресервов, икры, нерыбных пищевых продуктов моря; общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, упаковки, транспортирования и их реализации. | 1 |
| 20 | **Ассортимент и характеристика мяса убойных животных, домашней птицы и мясных продуктов**: субпродуктов, колбасных изделий и мясокопченостей, мясных и мясорастительных консервов; общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, упаковки, транспортировки и их реализации | 1 |
| 21 | **Ассортимент и характеристика яичных продуктов**: яиц, меланж, яичного порошка. Ассортимент и характеристика пищевых жиров: растительного масла, масла коровьего, кулинарных жиров, маргарина. Общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, упаковки, транспортирования и их реализации. | 1 |
| 22-23 | **Ассортимент и характеристика молока и молочных продуктов**. Общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, упаковки, транспортирования и их реализации | 2 |
| 24 | **Ассортимент и характеристика зерна и продуктов его переработки**. Общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, упаковки, транспортирования и их реализации. | 1 |
| 25 | **Ассортимент и характеристика крахмала, сахара, кондитерских изделий; дрожжей и химических разрыхлителей; вкусовых товаров**. Общие требования к качеству сырья и продуктов; условия хранения, транспортирования и их реализации. | 1 |
| 26-27 | **Практическое занятие №4** Проведение органолептической оценки качества пищевого сырья и продуктов. | 2 |
| 28-29 | **Практическое занятие №5** Отбор проб для лабораторного исследования. | 2 |
| 30-31 | **Практическое занятие №6** Расшифровка информации на этикетках различных продовольственных продуктов. | 2 |
| 32-33 | **Практическое занятие №7** Расшифровка оттисков и внешний осмотр банки. Проверка герметичности банки. | 2 |
| 34-35 | **Практическое занятие №8** Составление схемы «Ассортимент товаров» | 2 |
| 36-37 | **Зачет** | **2** |
| **Всего** | | **37** |

**Охрана труда**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** |
| 1 | **Нормативно-правовая база охраны труда:** понятие, назначение. Федеральные законы в области охраны труда: Конституция Российской Федерации, «Об основах охраны труда в Российской Федерации», Трудовой кодекс Российской Федерации (гл. 33-36). | 1 |
| 2 | **Обеспечение охраны труда: понятие, назначение.** Государственное управление охраной труда. Государственный надзор и контроль за соблюдением законодательства об охране труда. Органы надзора и контроля за охраной труда. | 1 |
| 3-4 | **Административный, общественный, личный контроль за охраной труда.** Права и обязанности профсоюзов по вопросам охраны труда. Правовые акты, регулирующие взаимные обязательства сторон по условиям и охране труда (Коллективный договор, соглашение по охране труда). Ответственность за нарушение требований охраны труда: административная, 4дисциплинарная, уголовная | 2 |
| 5-6 | **Обязанности работодателя по обеспечению безопасных условий и охраны труда**. Соответствие производственных процессов и продукции требования охраны труда. Обязанности работника по соблюдению норм и правил по охране труда. Санитарно-бытовые и лечебно-профилактическое обслуживание работников. Обеспечение прав работников на охрану труда. Дополнительные гарантии по охране труда отдельных категорий работников | 2 |
| 7 | **Обеспечение и профессиональная подготовка в области охраны труда**. Инструктажи по охране и технике безопасности (вводный, первичный, повторный, внеплановый, текущий), характеристика, оформление документации**.** Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда | 1 |
| 8-9 | **Условия труда, их виды.** Основные метеорологические параметры (производственный микроклимат) и их влияние на организм человека. Санитарные нормы условий труда. Мероприятия по поддерживанию установленных норм | 2 |
| 10-11 | **Вредные производственные факторы**: понятие, классификация. Краткая характеристика отдельных видов вредных производственных факторов (шум, вибрация, тепловое излучение, электромагнитные поля и т.д.), их воздействие на человека | 2 |
| 12-13 | **Допустимые параметры опасных и вредных производственных факторов**, свойственных производственным процессам в общественном питании. Понятие о ПДК (предельно-допустимых концентрациях) вредных факторов. Способы и средства защиты от вредных производственных факторов | 2 |
| 14-15 | **Производственный травматизм и профессиональные заболевания**: понятия, причины и их анализ. Травмоопасные производственные факторы в предприятиях общественного питания. Изучение травматизма: методы, документальное оформление, отчетность. Первая помощь при механических травмах (переломах, вывихах, ушибах и д.т.), при поражениях холодильными агентами и др. основные мероприятия по предупреждению травматизма и профессиональных заболеваний | 2 |
| 16-17 | **Несчастные случаи:** понятия, классификация. Порядок расследования и документального оформления и учета несчастных случаев в организациях. Порядок возмещения работодателями вреда, причиненного здоровью работников в связи с несчастными случаями. Доврачебная помощь пострадавшим от несчастного случая | 2 |
| 18-19 | **Электробезопасность:** понятие, последствия поражения человека электрическим током. Условия возникновения электротравм, их классификация. Факторы, влияющие на тяжесть электротравм (параметры тока, время воздействия, особенности состояния организма). Технические и организационные мероприятия по обеспечению электробезопасности на предприятиях общественного питания | 2 |
| 20-21 | **Пожарная безопасность**:Противопожарный инструктаж Факторы пожарной опасности отраслевых объектов Пожарный инвентарь. | 2 |
| 22-23 | **Требования безопасности к производственному оборудованию.** Стандарты ССБТ, правила и инструкции по технике безопасности | 2 |
| 24-25 | **Практическое занятие № 1.** Исследование метеорологических характеристик помещений, проверка их соответствия установленным нормам | 2 |
| 26-27 | **Практическое занятие № 2**. Анализ причин производственного травматизма на предприятии. | 2 |
| 28-31 | **Практическое занятие №3** Изучение устройства и овладения приемами эксплуатации средств тушения пожаров, пожарной сигнализации и связи. | 4 |
| 32-35 | **Практическое занятие №4** Составление плана эвакуации людей при пожаре в предприятии общественного питания. Эвакуация | 4 |
| **36-37** | **Зачет** | **2** |
| **Всего** | | **12** |

**Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** |
| 1 | **Международные нормативно-правовые акты.** Конвенция о правах инвалидов от 13 декабря 2006 г. | 1 |
| 2-3 | **Перечень гарантий инвалидов в Российской Федерации.** Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации». | 2 |
| 4-5 | **Основы гражданского и семейного законодательства.** Гражданский кодекс Российской Федерации от 30 ноября 1994 года N 51-ФЗ Семейный кодекс Российской Федерации от 29 декабря 1995 г. N 223-ФЗ. | 2 |
| 6-7 | **Понятие социальной адаптации.** Критерии оценки включенности индивида в социум. Факторы и показатели социальной адаптации. Виды социальной адаптации. Этапы социальной адаптации. Условия социальной адаптации. | 2 |
| 8-9 | **Социальная дезадаптация.** | 2 |
| 10-11 | **Понятие реабилитации инвалидов.** | 2 |
| 12-13 | **Составляющие реабилитации:** социальная, социально-психологическая, социально-педагогическая, социально-правовая, социально-бытовая, социально-экономическая, социально-культурная, профессиональная реабилитация. | 2 |
| 14-15 | **Базовая и индивидуальная программа реабилитации** (ИПР). Составляющие реабилитации. | 2 |
| 16-17 | **Медико-социальная экспертиза** (МСЭ). Содержание ИПР. Этапы разработки ИПР. | 2 |
| 18-19 | **Этапы реабилитационного процесса.** | 2 |
| 20-21 | **Профессиональная реабилитация инвалидов.** Принципы и технологии профессиональной реабилитации. | 2 |
| 22-23 | **Инвалид как активный субъект трудовых отношений.** Основы трудового законодательства. Особенности регулирования труда инвалидов. | 2 |
| 24-25 | **Эффективное поведение инвалида на рынке труда.** Поиск работы (или другой формы трудовой занятости). Трудоустройство и эффективная самопрезентация. Адаптация на рабочем месте. | 2 |
| 26-28 | **Практическое занятие №1** Составление аннотированного списка нормативно-правовых документов, регламентирующих права инвалидов по разделам:трудовые отношения;образование;лечение и отдых;жилье;транспорт; целевые программы. | 3 |
| 29 | **Практическое занятие №2** Ролевая игра «Коммунальная квартира». | 1 |
| 30 | **Практическое занятие №3** Разработка плана адаптации в новом учебном заведении. | 1 |
| 31-32 | **Практическое занятие №4** Изучение перечня документов для проведения МСЭ. Анализ заполненного документа (на выбор). | 2 |
| 33-34 | **Практическое занятие №5** Деловая игра «Собеседование с работодателем» | 2 |
| **35-36** | **Зачет** | **2** |
| **Всего** | | **36** |

**Коммуникативный практикум**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** |
| 1 | **Введение.** Знакомство с дисциплиной (цель, задачи, значение дисциплины). Сущность коммуникации в разных социальных сферах. Основные функции и виды коммуникации. | 1 |
| 2-3 | **Межличностная коммуникация.** Фактическая и информативная речь. Конативная и эмотивная функции речи. Поддерживающий и неподдерживающий стили поведения. Самораскрытие. | 2 |
| 4 | **Речь в социальном взаимодействии.** Социальная речь. Стратегия и тактика речевого поведения. Эгоцентрическая речь. | 1 |
| 5-6 | **Слушание в деловой коммуникации.** Виды слушания. Трудности эффективного слушания. Внутренние помехи слушания; внешние помехи слушания. Приемы эффективного слушания. Правила эффективной обратной связи. | 2 |
| 7-8 | **Невербальная коммуникация.**  Природа и типология невербальной коммуникации. Взаимодействие вербальных и невербальных средств коммуникации. Язык тела. Внешние проявления эмоциональных состояний. | 2 |
| 9 | **Деловая коммуникация.** Зоны и дистанции в деловой коммуникации. Организация пространственной среды в деловой коммуникации. | 1 |
| 10-11 | **Условия эффективной коммуникации в различных видах деятельности.** Понятие эффективности коммуникации. Обратная связь как механизм обеспечения устойчивости и эффективности коммуникации. Влияние составных частей и конфигурации коммуникативной цепи на эффективность коммуникации. Факторы повышения эффективности межличностной коммуникации. | 2 |
| 12-13 | **Публичная речь.** Воздействующая речь. Композиция ораторской речи. Контактоустанавливающие средства. Выразительные средства. | 2 |
| 14 | **Вопросы и ответы в деловой коммуникации.** Структура вопроса. Виды вопросов. Ответы на вопросы. | 1 |
| 15 | **Аргументация. Логические и психологические приемы полемики.** Аргументирующая речь. Спор. Его разновидности. Логические уловки и их нейтрализация. Психологические уловки и их нейтрализация | 1 |
| 16 | **Манипуляции в общении.** Манипуляции в общении. Стратегии манипуляторов. Манипулятивные роли. Распознавание эго-состояний. Коммуникативные роли. Коммуникативные типы деловых партнеров. | 1 |
| 17 | **Коммуникативные барьеры.** Барьеры взаимодействия. Влияние типов личности на отношения партнеров. Барьеры восприятия и понимания. Коммуникативные барьеры: логический, семантический, фонетический, стилистический. Пути преодоления барьеров в общении. | 1 |
| 18 | **Особенности коммуникации в деловой сфере общения.**  Цели и задачи деловой беседы. Вопросы в деловой беседе. Виды деловых бесед. Деловое совещание. | 1 |
| 19 | **Практическое занятие №1** Использование стратегии в речевом поведении. | 1 |
| 20 | **Практическое занятие №2** Проанализировать ошибки (помехи) эффективного слушания на конкретных примерах | 1 |
| 21 | **Практическое занятие №3** Пантомимное изображение речевых проявлений. | 1 |
| 22 | **Практическое занятие №4** Получение обратной связи (отработка навыков межличностного общения) | 1 |
| 23-24 | **Практическое занятие №5** Публичное выступление (монолог – чтение делового текста), анализ композитной речи. | 2 |
| 25 | **Практическое занятие №6** Постановка открытых и закрытых вопросов и ответы на них. Постановка вопросов для избегания искажений в понимании. | 1 |
| 26-27 | **Практическое занятие №7** Построение схем аргументированной речи (Аргументы. Вопрос. Тезис. Демонстрация. Доказательность. Доказательство.) | 2 |
| 28 | **Практическое занятие №8** Ролевая игра (распределение коммуникативных ролей) | 1 |
| 29-30 | **Практическое занятие №9** Деловая игра «Совещание» | 2 |
| **31-32** | **Зачет** | **2** |
| **Всего** | | **32** |

**Адаптивная физическая культура**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | | **Объем часов** |
| ***Введение*** | |  |
| 1-2 | **Требования к технике безопасности** при занятиях физическими упражнениями. | 2 |
| 3-6 | **Физические упражнения для профилактики** и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. | 4 |
| 7-8 | **Физические упражнения для коррекции зрения.** | 2 |
| 9-10 | **Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.** | 2 |
| 11-14 | **Составление и проведение комплексов утренней гимнастики** с учетом направления будущей профессиональной деятельности обучающихся. | 4 |
| 15-16 | **Ведение личного дневника самоконтроля** (индивидуальная карта здоровья). Определение уровня здоровья (по Э.Н. Вайнеру). | 2 |
| 17-18 | **Индивидуальная оздоровительная программа** двигательной активности с учетом профессиональной направленности. | 2 |
| ***Раздел 1. Знакомство с баскетболом*** | |  |
| 19-20 | **Правила игры. Техника безопасности игры баскетбол.** | 2 |
| 21-22 | **Элементы игры в баскетбол** | 2 |
| ***Раздел 2. Знакомство с волейболом*** | |  |
| 23-24 | **Правила игры.** **Техника безопасности игры волейбол.** | 2 |
| 25-26 | **Элементы игры в волейбол** | 2 |
| ***Раздел 3 Знакомство с лыжным спортом*** | |  |
| 27-28 | **Требования к технике безопасности** при занятиях лыжным спортом.Правила соревнований. | 2 |
| 29 | **Первая помощь при травмах и обморожениях.** | 1 |
| ***Раздел 4. Легкая атлетика*** | | **6** |
| 30-31 | **Инструктаж по технике безопасности на уроке легкой атлетики.** Повторение изученных видов ходьбы, бега | 2 |
| 32-33 | **Ходьба с остановками по слуховому и зрительному сигналу.** Бег змейкой, с изменением направления. | 2 |
| 34-35 | **Ходьба с перешагиванием через предметы высотой 10-15 см.** Переход от бега к быстрой ходьбе, постепенно снижая скорость. | 2 |
| 36-37 | **Медленный бег в сочетании с ходьбой до 3 мин.** Подвижная игра «Ловишки». | 2 |
| 38-39 | **Прыжки на одной ноге на месте.** Прыжки на месте на двух ногах с поворотом на 45 градусов. | 2 |
| 40-41 | **Прыжки с одной ноги на две.** Преодоление небольших препятствий с места, с разбега. | 2 |
| 42-43 | **Обучение элементам челночного бега.** Переноска предметов по линиям поочередно. | 2 |
| 44-45 | **Метание гранаты** | 2 |
| 46-62 | **Выполнение комплексов упражнений** по формированию осанки, коррекции зрения, профилактики переутомления | 17 |
| 63-64 | **Зачет** | **2** |
| **Всего** | | **64** |

**Тематический план дисциплины «Введение работ по профессии Повар»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся** | | | **Объем часов** |
| ***Введение в профессию*** | | | |
| 1. | **Введение.** Профессии и должности предприятий общественного питания. Профессия «Повар» | | 1 |
| 2 | **Организация работы предприятий общественного питания.** Виды производственных помещений. | | 1 |
| 3-4 | **Правила работы и соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм.** Инструктаж по технике безопасности | | 2 |
| ***Виды работ на кухне*** | | | |
| 5-6 | **Правила безопасности при работе с колюще-режущими инструментами** | | 2 |
| 7-8 | **Виды маркировки кухонного инвентаря и посуды.** | | 2 |
| 9-10 | **Маркировка уборочного инвентаря.** | | 2 |
| 11-12 | **Практическое занятие № 1.** Вскрытия тары, откупорки бочек, вскрытие консервных банок. | | 2 |
| 13-16 | **Практическое занятие № 2.** Уборка помещения. | | 4 |
| 17-22 | **Практическое занятие № 3.** Установка подносов на транспортер при комплектации обедов, установка на подносы столовых приборов, хлеба, тарелок с холодными закусками, стаканов с напитками, закрытие тарелок, кастрюль крышками, сбор пищевых отходов | | 6 |
| ***Электрическое оборудование для кухни*** | | | |
| 23-24 | **Виды оборудования предприятий общественного питания** | | 2 |
| 25-26 | **Тепловой электрическое оборудование:** плиты электрические, котлы паровые, шкафы жарочные. Их предназначение, уход за ними. | | 2 |
| 27-28 | **Тепловой электрическое оборудование:** сковороды электрические, фритюрницы, кипятильники. Их предназначение, уход за ними. | | 2 |
| 29-30 | **Механическое электрическое оборудование:** мясорубки, картофелеочистительные машины, овощерезательные машины, протирочные машины. Их предназначение, уход за ними. | | 2 |
| 31-32 | **Обеспечение электро- и пожаробезопасности при работе с кухонным оборудованием** | | 2 |
| 33-36 | **Практическое занятие № 4.** Правила эксплуатации и работа плиты электрической, электрического чайника | | 4 |
| 37-40 | **Практическое занятие № 5.** Правила эксплуатации и работа жарочного шкафа | | 4 |
| 41-44 | **Практическое занятие № 6.** Правила эксплуатации и работа мясорубки | | 4 |
| 45-48 | **Практическое занятие № 7.** Правила эксплуатации и работа картофелеочистительной машины | | 4 |
| 49-52 | **Практическое занятие № 8.** Правила эксплуатации и работа протирочной машины | | 4 |
| ***Моющие и дезинфицирующие средства*** | | | |
| 53-54 | **Жидкие моющие средства.** Их предназначение, условия хранения и использования. Концентрация. Приготовление разбавленных растворов. Средства индивидуальной защиты | | 2 |
| 55-56 | **Абразивные моющие средства.** Их предназначение, условия хранения  и использования. Средства индивидуальной защиты. | | 2 |
| 57-60 | **Практическое занятие № 9.**Подготовка специальных моющих растворов для обработки рабочих производственных поверхностей. Проведение обработки производственных поверхностей | | 4 |
| 61-64 | **Практическое занятие № 10.** Подготовка специальных моющих растворов для обработки стен, пола и потолков. Проведение обработки. | | 4 |
| 65-68 | **Практическое занятие № 11.** Подготовка специальных моющих растворов для обработки рук. Проведение обработки рук. | | 4 |
| ***Предварительные работы при мойке посуды*** | | | |
| 69-70 | **Сбор использованной посуды со столов** в мойку, очистка посуды от отходов, установка посуды на подносы. | | 2 |
| 71-72 | **Практическое занятие № 12.** Сбор использованной посуды со столов в мойку | | 2 |
| 73-74 | **Практическое занятие № 13.** Очистка посуды от отходов | | 2 |
| 75-76 | **Практическое занятие № 14.** Установка посуды на подносы | | 2 |
| ***Правила обращения с посудой и приборами, способы их сохранности*** | | | |
| 77-78 | **Способы, правила мойки и сушки** посуды, приборов, инвентаря и тары различного назначения | | 2 |
| 79-80 | **Правила обращения с посудой и приборами**, способы их сохранности | | 2 |
| 81-82 | **Мойка и хранение варочных котлов и кастрюль**. Способы выбора моющих средств | | 2 |
| 83-84 | **Мойка и хранение разделочных досок и мелкого деревянного инвентаря** (лопатки, мешалки и др.) Выбор моющих средств | | 2 |
| 85-86 | **Мойка и хранение кухонного инвентаря:** металлического и эмалированного. Выбор моющих средств | | 2 |
| 87-88 | **Мойка и хранение стеклянной посуды.** Выбор моющих средств | | 2 |
| 89-92 | **Практическое занятие № 15.** Мытье, обработка, сушка, раскладывание на хранение кухонной посуды | | 4 |
| 93-96 | **Практическое занятие № 16.** Мытье, обработка, сушка, раскладывание на хранение столовой посуды | | 4 |
| 97-100 | **Практическое занятие № 17.** Мытье, обработка, сушка, раскладывание на хранение тары различного назначения | | 4 |
| 101-104 | **Практическое занятие № 18.** Мойка варочные котлов, ополаскивание горячей водой с помощью шланга с душевой насадкой и просушивание в перевернутом виде на решетчатых полках и стеллажах | | 4 |
| 105-108 | **Практическое занятие № 19.** Мойка разделочных досок и мелкого деревянного инвентаря, их ополаскивание, сушка и условия хранения. | | 4 |
| 109-112 | **Практическое занятие № 20.** Мойка, сушка и условия хранения металлического инвентаря | | 4 |
| 113-116 | **Практическое занятие № 21.** Мойка, сушка и условия хранения стеклянной посуды | | 4 |
| ***Технология обработки сырья и приготовления блюд из овощей и грибов*** | | | |
| 117-118 | **Значение овощей в питании человека**, их пищевая ценность. Классификация овощей, ассортимент. | | 2 |
| 119-120 | **Технологический процесс механической кулинарной обработки, нарезки овощей.** Оборудование и инвентарь, используемый для механической обработки овощей. | | 2 |
| 121-122 | **Значение блюд и гарниров из овощей в питании.**Классификация по способу тепловой обработки. Подбор оборудования и инвентаря для приготовления блюд из овощей и грибов. | | 2 |
| 123-132 | **Практическое занятие № 22.** Способы механической обработки овощей. | | 10 |
| 133-142 | **Практическое занятие № 23.** Сортировка овощей. | | 10 |
| 143-152 | **Практическое занятие № 24.** Мойка овощей. | | 10 |
| 153-162 | **Практическое занятие № 25.** Очистка овощей. | | 10 |
| 163-172 | **Практическое занятие № 26.** Промывание овощей. | | 10 |
| 173-178 | **Практическое занятие № 27.** Нарезка овощей. | | 6 |
| ***Технология подготовки сырья и приготовления блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, яиц, творога, теста*** | | | |
| 179-180 | | **Значение круп в питании человека.** Пищевая ценность круп. | 2 |
| 181-182 | | **Значение бобовых изделий в питании человека.** Значение и пищевая ценность в приготовлении бобовых блюд и гарниров. | 2 |
| 183-184 | | **Значение макаронных изделий в питании человека.** | 2 |
| 185-186 | | **Классификация круп.** Группы и виды круп для приготовления блюд и гарниров. | 2 |
| 187-188 | | **Ассортимент круп.** | 2 |
| 189-190 | | **Подготовка круп к варке.** Виды тепловой обработки | 2 |
| 191-192 | | **Общие правила варки каш.** Приготовление и отпуск простых блюд и гарниров из круп. | 2 |
| 193 | | **Приготовление и отпуск простых блюд и гарниров из бобовых культур.** | 1 |
| 194 | | **Блюда и гарниры из макаронных изделий**: технологический процесс их приготовления и отпуск | 1 |
| 195 | | **Ассортимент блюд из макаронных изделий**: технологический процесс их приготовления и отпуск | 1 |
| 196-197 | | **Ассортимент гарниров из макаронных изделий:** технологический процесс их приготовления и отпуск | 2 |
| 198-199 | | **Блюда из яиц.** Классификация сырья. Подготовка сырья. Подбор оборудования и инвентаря. | 2 |
| 200-201 | | **Значение блюд из яиц в питании.** | 2 |
| 202-203 | | **Блюда из творога.** Значение блюд из творога в питании. | 2 |
| 204-205 | | **Горячие блюда из творога:** ассортимент, технологический процесс их приготовления, оформление и отпуск. | 2 |
| 206-215 | | **Практическое занятие № 28.** Подготовка крупы перед приготовлением: просеивание | 10 |
| 216-225 | | **Практическое занятие № 29.** Подготовка крупы перед приготовлением: перебирание | 10 |
| 226-235 | | **Практическое занятие № 30.** Подготовка крупы перед приготовлением: промывание | 10 |
| 236-245 | | **Практическое занятие № 31.** Сортирование круп | 10 |
| 246-251 | | **Практическое занятие № 32.** Приготовление и отпуск отварных макарон первым способом | 6 |
| 252-257 | | **Практическое занятие № 33.** Приготовление и отпуск отварных макарон первым способом | 6 |
| 258-267 | | **Практическое занятие № 34.** Приготовление и отпуск рассыпчатой каши | 10 |
| 268-277 | | **Практическое занятие № 35.** Приготовление и отпуск вязкой каши | 10 |
| 278-287 | | **Практическое занятие № 36.** Подготовка специальных дезинфицирующих растворов для обработки яиц. Проведение обработки яиц. | 10 |
| 288-297 | | **Практическое занятие № 37.** Приготовление и отпуск блюд из яиц | 10 |
| 298-307 | | **Практическое занятие № 38.** Приготовление и отпуск блюд из творога | 10 |
| ***Технология подготовки сырья и приготовления блюд из рыбы, мяса и домашней птицы*** | | | |
| 308-309 | | **Подбор оборудования для обработки рыбы**. Механическая кулинарная обработка рыбы. | 2 |
| 310-311 | | **Инвентарь и инструменты для обработки рыбы.** Механическая кулинарная обработка рыбы. | 2 |
| 312-313 | | **Виды и характеристики рыбы.** Показатели доброкачественности рыбы. | 2 |
| 314-315 | | **Подбор инвентаря и инструментов для обработки мяса.** Механическая кулинарная обработка мяса. | 2 |
| 316-317 | | **Виды и характеристики мяса.** Показатели доброкачественности мяса. | 2 |
| 318-319 | | **Подбор оборудования и инвентаря для обработки мяса.** Механическая кулинарная обработка мяса. | 2 |
| 320-321 | | **Механическая обработка птицы.** Виды полуфабрикатов из птицы | 2 |
| 322-331 | | **Практическое занятие № 39.** Механическая обработка рыбы | 10 |
| 332-341 | | **Практическое занятие № 40.** Размораживание рыбы | 10 |
| 342-351 | | **Практическое занятие № 41.** Промывание рыбы | 6 |
| 352-357 | | **Практическое занятие № 42.** Механическая обработка птицы. | 10 |
| **Всего** | | | **357** |
| **Аттестация по дисциплине в форме экзамена** | | | |

**Учебная практика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Виды работ | Количество часов |
| 1 | **Вводное занятие.** Инструктаж по безопасности труда, электробезопасности и пожарной безопасности | 4 |
| 2 | **Изучение технологического оборудования** | 4 |
| 3 | **Изучение правил рациональной организации труда и рабочих мест** | 4 |
| 4 | **Изучение ассортимента пищевых продуктов**, используемых в качестве сырья для приготовления пищи | 6 |
| 5 | **Определение качества годности продуктов, условия хранение** | 8 |
| 6 | **Механическая кулинарная обработка**, простые и сложные нарезки овощей. | 20 |
| 7 | **Приготовление, оформление и подача простых блюд и гарниров из овощей припущенных овощей и грибов** Оценка качества готовой продукции, проведение бракеража | 20 |
| 8 | **Приготовление, оформление и подача простых блюд и гарниров из круп.** Оценка качества готовой продукции, проведение бракеража | 30 |
| **9** | **Зачет** | **4** |
|  | **ИТОГО** | **100** |

**Задания для итоговой аттестаци****и по программе профессионального обучения по профессии 16675 Повар**

**Теоретические вопросы**

1. Правила безопасности при работе с колюще-режущими инструментами
2. Виды оборудования предприятий общественного питания
3. Правила безопасности при работе с оборудованием предприятий общественного питания
4. Жидкие моющие средства: их предназначение, условия хранения и использования, концентрация, приготовление разбавленных растворов, средства индивидуальной защиты
5. Абразивные моющие средства: их предназначение, условия хранения и использования, средства индивидуальной защиты.
6. Правила обращения с посудой и приборами, способы их сохранности
7. Механическая обработка клубнеплодов. Формы нарезки, инструменты и приспособления, требования к качеству сроки хранения.
8. Механическая обработка плодовых овощей. Формы нарезки, требования к качеству сроки хранения.
9. Блюда и гарниры из запеченных овощей: овощи, виды нарезки овощей, ассортимент блюд, требования к качеству сроки хранения
10. Механическая обработка грибов.
11. Пищевая ценность рыбы. Виды рыбы в кулинарии.
12. Полуфабрикаты из птицы и дичи, требования к качеству сроки хранения.
13. Механическая обработка капустных и луковых овощей. Формы нарезки, требования к качеству сроки хранения
14. Блюда из яиц: пищевая ценность, способы тепловой обработки, ассортимент блюд, требования к качеству сроки хранения.
15. Блюда и гарниры из макаронных изделий, их пищевая ценность, виды варки макаронных изделий, ассортимент, требования к качеству сроки хранения.
16. Блюда из творога: пищевая ценность, способы тепловой обработки, ассортимент блюд, требования к качеству сроки хранения.
17. Блюда и гарниры из круп, их пищевая ценность, подготовка круп к варке. Каши: виды, технология приготовления. Блюда из каш, ассортимент, требования к качеству сроки хранения.
18. Блюда из с/х птицы и пернатой дичи: пищевая ценность, способы тепловой обработки, ассортимент блюд, требования к качеству сроки хранения.

**Практические задания**

1. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – мелкий кубик
2. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – средний кубик
3. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – крупный кубик
4. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – ломтик
5. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – долька
6. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – соломка
7. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – брусочек
8. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – шашки
9. Выполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – кружочки
10. Ввыполнение нарезки корнеплодов, клубнеплодов, луковых, капустных – кольца, шпалки
11. Выполнение механической обработки рыбы.
12. Выполнение механической обработки птицы, разделка на натуральные полуфабрикаты.
13. Выполнение механической обработки птицы, получение филе.
14. Выполнение механической обработки рисовой крупы.
15. Выполнение механической обработки перловой крупы
16. Выполнение механической обработки гречневой крупы
17. Выполнение механической обработки бобовых.
18. Ввыполнение механической обработки яиц, перед кулинарным использованием.
19. Выполнение механической обработки овощей, не проходящих тепловую обработку.
20. Выполнение механической свежих плодов и ягод для приготовления компота.
21. Подготовка творога для приготовления творожной запеканки.
22. Обработка тары консервированных продуктов, перед их использованием.
23. Подготовка дезинфицирующего раствора для обработки рабочих поверхностей производственных столов.
24. Обработка полового покрытия при проведении ежедневной и генеральной уборки.
25. Обработка стенового покрытия при проведении ежедневной и генеральной уборки.

**Учебно-методическое и Материально-техническое обеспечение программы**

Учебно-методическая и материально-техническая база достаточна для проведения всех видов занятий, предусмотренных АПОП, а также соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

Материалы для обучения предоставляются в печатной форме и в форме электронного документа. Обучающиеся, при необходимости, получают необходимую для них информацию посредством электронной почты.

Обучающиеся имеют доступ к компьютерам, ресурсам сети Интернет.

**Литература и источники:**

1. Жаворонкова Л.В., Ортошково Г.В. Технология. Поварское дело 8,9,10 класс: учебник для общеобразовательной организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / Л.В. Жаворонкова Г.В. Отрошко – М.: ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики РАО», 2022г.
2. Качурина Т.А. Кулинария: учеб. Пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Т.А. Качурина. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014 (Укоренная форма подготовки).
3. Качурина Т.А. Приготовление блюд из рыбы : учебник для студ. среднего проф. образования / Т.А. Качурина. – М. : Издательский центр «Академия», 2014.-
4. Организация процесса приготовления и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции: учебник для студ. учреждений среднего проф. образования/ И.П.Самородова. -2-е изд., стер. -М.: издательский центр «Академия», 2015.
5. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевой промышленности: учебник для нач.проф. образования: учеб.пособие для сред. проф. образования/ Людмила Викторовна Мармузова.- 2-е изд., стер.-М.: издательский центр «Академия, 2004»
6. Охрана труда в пищевой промышленности, общественном питании в торговле: Учебник для нач.проф. образования /Ю.М. Бурашников, А.С. Масимов – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
7. СанПиН 2.3.2 1324-03 Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов [Электронный ресурс]: постановление Главного Государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 года, № 98.
8. Учебники для детей с ОВЗ: Поварское дело. Точка доступа <https://ikp-rao.ru/uchebniki-dlya-detej-s-ovz/>
9. Физиология питания: учебник для студ. учреждений проф.образ. /E.А. Рубина. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.

При организации учебного процесса используются следующие кабинеты:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | помещение (№ по БТИ, название, площадь) | дисциплина | предоставляемое оборудование, инвентарь |
| 1 | кабинет № 2,3  «Технология»  S=52,2м2 (кабинет)  S=16,7м2 (кухня) | ОП.01 Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве  ОП.02 Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров  ОП.03 Охрана труда  ПМ.01 Выполнение работ по профессии "Повар" | стол учительский угловой – 1шт  стул учительский – 1 шт  стол ученический регулируемый – 12шт  стул ученический регулируемый- 24шт  меловая магнитная доска – 1шт  проектор – 1шт  компьютер – 1шт  шкаф для посуды – 1шт  электропечь – 1шт  электрочайник – 1 шт  набор посуды  раковина – 2 шт |
| 2 | кабинет №20  «Психология»  S=52,6м2 | А.01 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний  А.02 Коммуникативный практикум | стол учительский угловой – 1шт  стол учительский – 1 шт  стол ученический – 10 шт  стул ученический – 20 шт  меловая магнитная доска -1 шт  шкафы комбинированные – 4 шт  компьютер – 2 шт  принтер – 1 шт  набор мягких модулей |
| 3 | спортивный зал № 46  S=279,5м2 | А.03 Адаптивная физическая культура | маты – 4 шт  мячи баскетбольные, мячи футбольные,  канат, обруч, скакалки, гимнастические скамейки, гимнастические палки  шведская стенка – 1 шт  сетка волейбольная -1 шт  кольца баскетбольные – 2 шт |