Управление образования администрации
Нижнесергинского муниципального района
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Центр «Радуга»

Принята на заседании
Педагогического совета
от «10» 09 2018 г.
Протокол № 33

Утверждена
Приказом директора № 26-од
от «18» 09 2018 г.
Н.Г. Еловских

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Кулинария»

Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:
Соколкина М.С.,
педагог дополнительного образования

Михайловск
2018

## Пояснительная записка

Питание — неотъемлемая составная часть жизни. Зачем нужна пища, знает каждый, о хлебе насущном человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он ни занимался. Еда — топливо, на котором работает организм, и знать это топливо, уметь грамотно его использовать должен любой человек.

Пища восполняет энергию, затраченную человеком на какую — либо работу. Чем тяжелее работа, тем больше энергетического материала необходимо компенсировать. За счет пищи организм в достаточно короткие сроки полностью обновляется. Большое значение имеет вид пищи. Пища до приема должна радовать, доставлять удовольствие, возбуждать аппетит. Всем этим занимается наука о приготовлении пищи — КУЛИНАРИЯ. Великие тайны откроются перед теми, кто захочет научиться готовить по всем правилам, превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу.

Умение хорошо, вкусно и быстро готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни. «В здоровом теле — здоровый дух! »- говорили древние.

Умение приготовить вкусную пищу — необходимо всем. Особенно это кается женской половины человечества, хотя лучшие повара, по статистике - мужчины.

Полученные на занятиях знания помогут накормить семью, принять гостей, а может быть и сделать первый шаг в выбранной специальности. Способность самим приготовить простейшие блюда вызывает повышенный интерес к работе и приносит удовлетворение результатами труда, возбуждает желание к дальнейшим действиям. Данная программа служит подготовкой детей к самостоятельной жизни и преодолению трудностей.

Дополнительная общеразвивающая программа ***«Кулинария»*** (далее программа) разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Концепцией развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726-р, Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ /Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242/, Уставом МАУ ДО Центр «Радуга», Положением о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ педагогов МАУ ДО Центр «Радуга», разработана в соответствии с социальным заказом и реализуется в МАУ ДО Центр «Радуга» в социально – педагогической направленности

**Цель** — подготовка детей к самостоятельной жизни в плане организации здорового питания, обучение способам обработки пищевых продуктов.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

*Обучающие:*

- дать знания о культуре питания народов России, народов Ближнего и Дальнего Зарубежья, кухне и традициях в области кулинарии;
- дать знания о технологии приготовления традиционных блюд национальных кухонь;
- познакомить детей с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов, лечебными свойствами некоторых продуктов, организацией труда при приготовлении пищи;
- обучить технологии приготовления основных блюд русской и национальной кулинарии;
- обогатить словарный запас детей, на основе использования соответствующей терминологии.
- формировать навыки работы с инструментами и приборами при обработке различных продуктов.
- приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности.
- ознакомить с санитарно-гигиеническими правилами и нормами и техникой безопасности при выполнении кулинарных работ.

*Развивающие:*

- сформировать и развить навыки и умения в приготовлении традиционных блюд кухни народов России;
- развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- сформировать у подростков правильные вкусовые предпочтения, развить навыки здорового образа жизни

*Воспитательные:*

- воспитать чувство уважения к культуре своего народа, к культуре и традициям других народов;
- воспитывать трудолюбие, аккуратность.
- привить навыки работы в группе; формировать культуру общения.

*Ожидаемые результаты:* у обучающихся сформированы разнообразные знания и умения по рациональному питанию и приготовлению пищи, дети подготовлены к взрослой жизни.

*Уровень сложности программы*: базовый

Особенностью данной программы является то, что у обучающихся появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны дома.

Программа обучения представляет собой комплекс тематически объединенных, но относительно самостоятельных составляющих - блоков и модулей, которые в зависимости от условий и индивидуальных требований можно изменить. Документально каждый блок представляет собой учебно-методический комплект.

Программа включает следующие разделы:

1. Хлеб и его значение. Бутерброды.
2. Горячие напитки. Русский чай.
3. Блюда из яиц.
4. Пищевая ценность овощей. Блюда из овощей.

5. Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты.
6. Блюда из рыбы и мяса.
7. Блюда из круп и макаронных изделий.
8. Тесто, виды теста. Изделия из различных видов теста.
9. Сладкие блюда.
10. Национальная кухня.

При изучении каждого блока программой предусмотрено приготовление одного или нескольких блюд уральского региона.

Каждый блок программы предусматривает обязательное включение следующих вопросов:

- историческая справка;
- экологические и экономические вопросы;
- техника безопасности

Программа составлена на основе типовой программы по трудовому обучению «Технология» (для средних общеобразовательных учреждений) 5-7 классов.

Данная программа рассчитана на детей 7 – 10 лет на 2 года обучения.

1-ый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа, 144 часа в год

2-ой год обучения – 2 раза в неделю по 3 часа, 216 часов в год

Общая продолжительность образовательного процесса 360 часов.

Количество детей в группе -10-15 человек.

*Организация образовательной деятельности.*

На занятиях используются различные методы обучения (словесные, наглядные и практические). Каждое занятие включает теоретическую и практическую часть. Теоретические сведения — это объяснение нового материала (форма беседа). Практическая часть — изготовление блюд и их оформление. Практической части занятий отводится большая часть времени, каждый ученик должен овладеть основными способами приготовления различных блюд.

Для преодоления учащимися затруднений в процессе работы педагог оказывает помощь:

- стимулирующую
- направляемую

Коллективная работа по приготовлению блюд — наиболее приемлемая и эффективная форма работы - способствует сплочению коллектива, улучшению качества работы. В конце работы учащиеся получают определенный результат. Создается благоприятная обстановка для того: чтобы научить детей оценивать свою собственную работу подходить к оценке самокритично.

Для поддержания постоянного интереса учащиеся к занятиям необходимо учитывать возрастные особенности детей (при распределении обязанностей). Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. Это проводится в виде различных заданий, тестов, конкурсов, викторин, решения кроссвордов.

Программа предусматривает использование элементов следующих образовательных технологий: личностно-ориентированная, игровая, здоровьесберегающая, групповая.

Форма организации деятельности детей на занятии - индивидуально - групповая.

Для эффективного усвоения содержания данной программы использую следующие методы:

- объяснительно – иллюстративный (рассказ, показ, объяснение, инструктаж, беседа);
- репродуктивный (лекция, демонстрация, упражнения);
- частично – поисковый (самостоятельная работа, соревнования);
- исследовательский (проектирование сценариев праздников);
- бригадный метод;
- творческие домашние задания.

Широко использую инструкционные и технологические карты.

*Механизм оценки получаемых результатов*

При оценке знаний, умений и навыков педагог обращает основное внимание на правильность и качество выполненных работ, поощряет творческую активность, инициативу и самостоятельность детей, учитывает индивидуальные особенности и психофизические качества каждого ребенка.

При индивидуальной оценке работ делается акцент на те моменты, которые давались ребенку с трудом, но он смог выполнить задание.

*Контроль знаний, умений и навыков учащихся осуществляется в несколько этапов:*

Предусмотрены следующие виды контроля результатов реализации программы:

- *входной* (проводится в начале обучения: определяет уровень знаний по кулинарии (беседа);
- *текущий* (проводится на каждом занятии: акцентирование внимания);
- *итоговый* (проводится в конце учебного года, определяет уровень освоения программы)

**Учебный (тематический) план**
**1 года обучения**

| № | Название блока | Общее количество часов | Теория | Практика | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Введение в предмет История возникновения кулинарии. Техника безопасности на занятии. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 2 | Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки. | 8 | 1 | 7 | наблюдение |
| 3. | Значение яиц в питании. Блюда из яиц. | 10 | 1 | 9 | наблюдение |
| 4. | Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки. | 24 | 2 | 22 | наблюдение |
| 5. | Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты. | 10 | 1 | 9 | наблюдение |
| 6. | Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека. | 24 | 1 | 23 | наблюдение |
| 7. | Национальная кухня | 12 | 2 | 10 | наблюдение |
| 8. | Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него | 18 | 1 | 17 | наблюдение |
| 9. | Виды теста. Продукты для приготовления теста. | 26 | 2 | 24 | наблюдение |
| 10. | Холодные сладкие блюда. Питательная ценность | 8 | 1 | 7 | наблюдение |
| 11 | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | тест |
| | Итого | 144 | 14 | 130 | |

## Содержание программы

*Тема 1. Введение в предмет  История возникновения кулинарии. Техника безопасности на занятии.*

*Теория* Этапы возникновения кулинарии в России. Традиционные кухни народов России. Ознакомление с организацией рабочего места для проведения кулинарных работ. Техника безопасности на занятии

*Практика* Игры на знакомство и адаптацию в группе.

*Тема 2. Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки.*

*Теория* Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Значение хлеба в питании человека. Способы обработки продуктов для приготовления бутербродов. Способы нарезки продуктов для бутербродов. Виды бутербродов. Технология приготовления простых бутербродов. Подача их к столу. Горячие напитки. Русский чай. Заваривание чая.

*Практика:*

1)приготовление бутербродов простых:

- бутерброд со сливочным маслом и сыром
- бутерброд с вареной колбасой
- бутерброд с вареньем, джемом

2) приготовление чая.

*Тема 3. Значение яиц в питании. Блюда из яиц.*

*Теория* Значение яиц в питании человека Использование яиц в кулинарии. Способы определения свежести яиц. Хранение яиц. Технология приготовления отварных лиц и яичниц.

*Практика:*

1) приготовление отварных яиц: всмятку, вкрутую

2) приготовление яичницы — глазуньи

3) приготовление яичницы с гарниром.

*Тема 4.  Пищевая ценность овощей.  Основные виды первичной и тепловой обработки.*

*Теория* Понятие о пищевой ценности овощей. Виды овощей, используемых в кулинарии. Сохранность питательных веществ в овощах при кулинарной обработке. Назначение и правила первичной обработки овощей (сортировка, мойка, очистка, промывание, нарезка). Способы и формы нарезки. Кулинарное использование различных форм нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых овощей. Виды салатов. Технология приготовления салатов из свежих овощей. Заправка овощных салатов. Оформление салатов. Подача к столу.

*Практика*

1) нарезка овощей для салатов, фигурная нарезка

2) приготовление салата из свежих овощей: огурцов и лука

3) приготовление салата из свежих овощей: морковь с чесноком

4) приготовление салата с использованием яиц: зеленый лук, редис и яйца

*Тема 5. Молоко и  молочные продукты. Кисломолочные продукты.*

*Теория* Значение молока и молочных продуктов в питании человека. Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Питательная ценность молока. Способы определения качества молока. Сроки хранения молока.

Санитарно-гигиенические требования при приготовлении блюд из молока. Технология приготовления молочных супов и каш.

*Практика*

1) приготовление молочного супа с рисом

2) приготовление молочной жидкой каши - пшенной с изюмом

3) приготовление молочной лапш

*Тема 6. Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека*.

*Теория* Виды круп. Их первичная обработка. Виды макаронных изделий и их первичная обработка. Правила варки крупяных рассыпчатых, вязких и жидких каш. Технология приготовления каш. Способы варки макаронных изделий. Процессы, происходящие при варке круп и макаронных изделий. Причины увеличения объема при варке. Соотношение крупы и макаронных изделий и жидкости при варке. Технология приготовления каш и макарон.

*Практика*:

1) подготовка круп и макарон к тепловой обработке

2) приготовление рассыпчатой гречневой каши

3) приготовление отварных макарон с овощами.

*Тема 7. Национальная кухня.*

Русская кухня – 4 ч.

*Теория*. История русской кухни. Технология приготовления пельменей. Технология приготовления пирогов.

*Практика* Приготовление пельменей. Приготовления пирогов.

Украинская кухня. – 4 ч.

*Теория*. История украинской кухни. Технология приготовления борща. Технология приготовления вареников.

*Практика* Приготовление борща. Приготовление вареников

Итальянская кухня. – 4 ч**.**

*Теория.* История итальянской кухни. Технология приготовления пиццы. Технология приготовления итальянской пасты, соуса для итальянской пасты.

*Практика.* Приготовление пиццы. Приготовление итальянской пасты, соуса для итальянской пасты

*Тема 8. Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него.*

*Теория* Значение и место мясных блюд в питании. Понятие о пищевой ценности мяса. Виды мяса (говядина, свинина, баранина, телятина ...). Доброкачественность мяса (по цвету, по запаху). Санитарные условия первичной обработки мяса. Правила оттаивания мороженого мяса. Способы разделки мяса. Правила варки мяса для вторых блюд. Принципы подбора гарнира к мясным блюм. Технология приготовления блюд из отварного мяса.

*Практика:*

1) определение доброкачественности мяса, первичная обработка мороженого мяса

2) приготовление мясного супа с вермишелью

3) приготовление отварной говядины с картофельным пюре.

*Тема 9. Виды теста. Продукты для приготовления теста.*

*Теория* Питательная ценность хлебобулочных изделий, виды теста. Основные и дополнительные продукты для приготовления теста. Определение качества муки (по цвету, запаху, вкусу и влажности). Разрыхлители теста (дрожжи, сода, взбивание). Ароматические добавки. Пресное тесто. Основные изделия из этого теста. Способы приготовления теста для блинов и оладий. Технология выпечки блинов и оладий. Подача блинов к столу. Песочное тесто. Основные изделия из этого теста. Правила приготовления песочного теста. Дефекты приготовления, причины. Приготовление теста для печенья. Технология приготовления печенья.

*Практика:*

1) определение качества муки по цвету, запаху, вкусу и влажности
2) приготовление и выпечка блинов скороспелых
3) приготовление блинчиков с творогом
4) приготовление оладий с яблоками
5) приготовление песочного печенья «Мечта»
6) приготовление песочного печенья «золотистое»

*Тема 10 Холодные сладкие блюда. Питательная ценность.*

*Теория* Сахар, его роль в кулинарии и в питании человека. Технология приготовления компота из свежих и сушеных фруктов и ягод. Виды крахмала и его свойства. Технология приготовления киселей различной консистенции (жидкий, средний, густой).

*Практика:*

1)приготовление компота из сухофруктов
2) приготовление киселя клюквенного

*Тема 11. Итоговое занятие 2 часа*

Подведение итогов года. Планы на следующий год.

**Учебно (тематический) план**
**2 год обучения**

| № | Название блока | Общее количество часов | Теория | Практика | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Организационное занятие. Правила ТБ и санитарии. | 3 | 1 | 2 | тест |
| 2. | Хлеб. Сложные бутерброды. Травяной чай. | 12 | 1 | 11 | наблюдение |
| 3. | Блюда из яиц. Использование яиц в кулинарии. | 12 | 1 | 11 | наблюдение |
| 4. | Овощи. Виды тепловой обработки продуктов. Блюда из вареных овощей | 30 | 1 | 29 | наблюдение |
| 5. | Молоко. Кисломолочные продукты. Использование в кулинарии. | 18 | 1 | 17 | наблюдение |
| 6. | Крупы и макароны. Использование в кулинарии. | 21 | 1 | 20 | наблюдение |
| 7. | Рыба. Блюда из жареной рыбы. | 12 | 2 | 10 | наблюдение |
| 8. | Мясо. Блюда из жареного мяса. | 33 | 1 | 32 | наблюдение |
| 9. | Национальная кухня. | 12 | 2 | 10 | |
| 10. | Изделия из теста пресного, песочного, дрожжевого | 48 | 2 | 46 | наблюдение |
| 11. | Горячие сладкие блюда. Десерты | 12 | 1 | 11 | наблюдение |
| 12. | Итоговое занятие. | 3 | 1 | 2 | тест |
| | Итого | 216 | 15 | 201 | |

## Содержание программы

*Тема 1. Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.*

Организация коллектива. Содержание программы и расписание занятий. Повторение правил ТБ и санитарии, правил внутреннего распорядка.

*Тема 2. Хлеб. Сложные бутерброды. Травяной чай.*

*Теория* Продукты, используемые для приготовления сложных бутербродов. Подсушивание хлеба для бутербродов. Сочетание продуктов по вкусу в бутербродах «ассорти на хлебе». Травы для заваривания чая. Русский лесной чай. Технология приготовления чая травяного.

*Практика:*

1) приготовление сложных бутербродов;

- бутерброд с сельдью, маслом и зеленью
- закрытый бутерброд с сыром
- гренки

2) приготовление травяного чая: мята, шиповник

*Тема 3. Блюда из яиц. Использование яиц в кулинарии.*

*Теория* Использование яиц в кулинарии. Технология приготовления фаршированных яиц. Виды омлетов. Приготовление омлета.

*Практика:*

1) приготовления фаршированных яиц с зеленью

2) приготовление омлета с зеленым луком.

*Тема 4. Овощи. Виды тепловой обработки продуктов. Блюда из вареных овощей.*

*Теория* Значение и виды тепловой обработки продуктов (варка, жаренье, тушение, запекание, припускание). Вспомогательные приемы тепловой обработки (пассирование, бланширование). Способы варки ( в воде, на пару). Варка в различных жидкостях (воде, молоке и т. д.). Время варки овощей. Способы определения готовности. Охлаждение овощей после варки. Технология приготовления блюд из отварных овощей.

*Практика:*

1) приготовление салата из отварных овощей — винегрет

2) приготовление салата картофельного с луком

3) приготовление картофельных оладий

4) приготовление морковных котлет

*Тема 5. Молоко. Кисломолочные продукты. Использование в кулинарии.*

*Теория* Значение кисломолочных продуктов в питании человека. Ассортимент кисломолочных продуктов (простокваша, кефир, творог, сметана и т. д.) Технология приготовления творога из простокваши без подогрева и с подогревом. Способы удаления сыворотки. Ассортимент творожных изделий. Употребление творога в кулинарии. Технология приготовления блюд из творога.

*Практика*:

1) приготовление творога из простокваши

2) приготовление сырников

*Тема 6. Крупы и макароны. Использование в кулинарии.*

*Теория* Использование отварных макарон и готовых каш в приготовлении блюд. Технология приготовления котлет и биточков (варка вязкой каши, заправка каши сырыми яйцами, разделка и обжаривание). Время тепловой обработки и способы определения готовности. Технология приготовления котлет, биточков, запеканок.

*Практика*

1) приготовление крупяных биточков
2) приготовление макаронника

*Тема 7. Рыба. Блюда из жареной рыбы.*

*Теория* Знакомство с видами жаренья: обжаривание, поджаривание, жарка во фритюре, на углях, пассирование. Виды растительных масел и жиров. Способы жаренья рыбы. Роль панировки в процессе жаренья. Виды панировки (мучная, красная, белая, сухарная). Технология приготовления жареной рыбы.

*Практика:*

1) приготовление рыбы жареной
2) приготовление рыбы в тесте
3) приготовление рыбы тушеной с овощами.

*Тема 8. Мясо. Блюда из жареного мяса.*

*Теория* Способы жаренья мяса. Блюда из жареного мяса. Время жаренья и способы определения готовности блюда. Технология приготовления жареного мяса и блюд из него. Принципы подбора гарниров и соусов к мясным блюдам.

*Практика:*

1) приготовление борща на мясном бульоне
2) приготовление мясного блюда «азу»
3) приготовление ленивых голубцов

*Тема 9. Национальная кухня.*

Английская кухня. – 4 ч

*Теория.* История английской кухни. Технология приготовления кекса с цукатами и орехами. Технология приготовления запеканки из курицы в сливочном соусе.

*Практика* Приготовление кекса с цукатами и орехами. Приготовление запеканки из курицы в сливочном соусе.

Немецкая кухня. – 4 ч.

*Теория.* История немецкой кухни. Технология приготовления булки с маком. Технология приготовления вишневого пирога.

*Практика.* Приготовление булки с маком. Приготовление вишнёвого пирога.

Французская кухня. – 4 ч.

*Теория* История французской кухни. Технология приготовления французской булочки

*Практика* Приготовление французской булочки

*Тема 10. Изделия из теста пресного, песочного, дрожжевого.*

*Теория* Технология приготовления пресного теста для домашней лапши, пельменей, вареников. Способы защипки краев пельменей, вареников. Правила варки пельменей, вареников. Способы определения готовности. Приготовление песочного теста для тортов, пирожных. Фруктовые начинки и кремы для тортов и пирожных. Дрожжевое тесто (опарное, безопарное). Приготовление дрожжевого теста без подхода. Виды начинки для пирожков из дрожжевого теста.

*Практика:*

1) приготовление домашней лапши
2) приготовление вареников
3) приготовление хвороста (пресное тесто)
4) приготовление торта «Крошка» (песочное тесто)
5) приготовление открытого пирога с яблоками
6) приготовление плюшек
7) блюда из черствого хлеба (пирожное «картошка»)

*Тема 11. Горячие сладкие блюда. Десерты.*

*Теория* Разновидность сладких блюд (горячие и холодные). Горячие сладкие блюда (пудинги, суфле, яблоки в тесте, сладкие каши). Сырью для приготовления горячих сладких блюд. Первичная обработка сырья. Технология приготовления горячих сладких блюд.

*Практика:*

1) приготовление яблок в тесте
2) приготовление пудинга сухарного

*Тема 12. Итоговое занятие*

Подведение итогов работы за год.

## Требования к уровню подготовки обучающихся

*Планируемые результаты первого года обучения:*

*Предметные:*

В ходе освоения программы обучающиеся будут знать:

- основные традиции национальных кухонь народов России, Украины и Италии;
- общие сведения о процессе пищеварения;
-знать специальную терминологию по теме «Кулинария»;
- правила санитария и гигиены при санитарной обработке продуктов, безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями;
- виды бутербродов и горячих напитков;
- способы определения свежести яиц;
- виды овощей правила первичной обработки овощей;
- о кулинарном значении молока, способы определения качества молока
- правила варки крупяных каш и макаронных изделий;
- понятие о пищевой ценности мяса, способы определения качества мяса, способы первичной обработки мяса, правила варки;
- способы определения качества муки, питательную ценность изделий из теста, виды разрыхлителей, виды теста;
- кулинарные свойства крахмала, приготовления киселя;

В ходе освоения программы обучающиеся будут уметь:

-готовить блюда по народным рецептурам;
- работать с кухонным оборудованием, определять качество продуктов (овощей, яиц, молока, мяса) и производить первичную обработку; работать с бытовыми электроприборами, мыть посуду, применять моющие средства.
- выполнять нарезку овощей
- готовить блюда из сырых овощей, яиц, молока, круп и макаронных изделий, мяса
- приготавливать тесто и выпекать блины, оладьи, печенье

*Личностные:*

- уважительно относится к труду людей;
-привиты навыки здорового питания.

*Метапредметные:*

- умеет организовывать своё рабочее место;
-умеет выполнять работу, следуя алгоритму.

*Планируемые результаты второго года обучения:*

*Предметные:*

В ходе освоения программы обучающиеся будут знать:

- основные традиции национальных кухонь народов России, Ближнего Зарубежья, Англии, Франции, Германии;
- санитарные требования к помещению кухни;
- знать специальную терминологию по теме «Кулинария»;
- правила оказания первой помощи при ожогах, поражении электрическим током;
- технологию приготовления сложных бутербродов, фаршированных яиц и омлетов;
- способы варки овощей, технологию приготовления блюд из вареных овощей;
- общие сведения о роли кисломолочных продуктов в питании человека об ассортименте кисломолочных продуктов, технологию приготовления блюд из творога;
- об использовании готовых каш и отварных макарон в дальнейшем приготовлении;
- способы жаренья мяса и разнообразие блюд из жареного мяса;
- технологию приготовления пресного теста для различных видов изделий, песочного теста для тортов, дрожжевого теста;
- виды сладких блюд, технологию приготовления горячих сладких блюд;
- общие сведения о значении фруктов и ягод,

В ходе освоения программы обучающиеся будут уметь:

- проводить уборку помещения кухни;
- оказывать первую помощь при ожогах, поражении электрическим током;
- готовить сложные бутерброды и травяной чай, блюда из вареных овощей, жареного мяса, горячие блюда из творога, биточки и запеканки из вязких молочных каш и макарон отварных;
- готовить изделия из пресного теста, сладкого и несладкого, из песочного теста - торты и пирожные из дрожжевого теста без подхода пироги и плюшки;
- готовить блюда из рыбы;
- сервировать стол, красиво украшать и правильно подавать блюда национальной кухни;

*Личностные:*

- уважает культуру и традиции народов мира;
- развиты такие качества, как трудолюбие и аккуратность.

*Метапредметные:*

- коммуникативные: владеют способами позитивного взаимодействия со сверстниками в группах;
- регулятивные: умеют выполнять задание в соответствии с поставленной целью; организовывать рабочее место;
-умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

## Условия реализации программы

Для организации успешной работы необходимо иметь хорошо освещенное и оборудованное помещение (кабинет), в котором имеются столы и стулья в количестве 15 шт.; шкафы, кухонное оборудование.

Необходимые инструменты и материалы:

- блендер полезен для смешивания соусов и супов и измельчения орехов, хлебных крошек, сахара и других продуктов.
- венчик из стали или пластика используется для смешивания и взбивания яиц, теста и соусов.
- дуршлаг может быть из нержавеющей стали или пластмассы. Он используется для откидывания макарон и вареных овощей и для промывания зелени.
- кастрюли и сковороды обычно выпускаются из стали и закаленного железа. Целесообразно иметь кастрюли и сковороды 3-4 разных размеров.
- ложки для размешивания могут быть деревянными, пластиковыми или металлическими, в зависимости от назначения.
- лопатка используется для помешивания горячих соусов и подлив, переворачивания кусочков при жарении и соскребания теста со стенок миски. Рекомендуется использовать пластиковые лопатки, которые не царапают посуду и не нагреваются.
- мерные стаканы из пластмассы, металла или стекла позволяют отмерить необходимое количество жидкости и сыпучих продуктов. Удобно иметь большой и маленький стакан. В стеклянном жаропрочном стакане, кроме того, удобно растапливать небольшое количество масла или маргарина.
- микроволновая печь очень удобна для разогревания остывших блюд, размораживания замороженных продуктов и растапливания сливочного масла и шоколада.
- миски для смешивания теста или салатов бывают из стекла, нержавеющей стали или пластика. Не помешает иметь несколько мисок разных размеров, или, по крайней мере, две – большую и маленькую.
- ножи различных форм и размеров удобны для фигурной нарезки, измельчения и чистки различных продуктов.
- подставки под горячее позволяют равномерно остудить выпечку, извлеченную из духовки.
- разделочные доски. Небольшие деревянные доски используются для измельчения зелени и других некрупных продуктов. Большие доски из закаленного стекла удобны для разделки мяса. На больших деревянных досках удобно раскатывать тесто для хлеба и бисквитов.
- скалка используется для раскатывания теста для бисквитов, печенья и рулетов. Обычно скалки делают из дерева.
- терка из нержавеющей стали используется для измельчения небольшого количества сыра и овощей. Для больших объемов лучше использовать комбайн.

- формы для выпечки обычно выпускаются из алюминия или других антипригарных материалов.

Рекомендуется иметь несколько прямоугольных форм размером около 22/12/7 см и 33/22/5 см, несколько круглых форм диаметром 20-25 см, две формы с квадратными или прямоугольными ячейками размером 4-6 см, квадратную форму размером 20/20/5 см, форму для рулетов размером 38/25/3 см и два листа размером 33/23см.

- электрический миксер необходим для взбивания сливок и яичных белков.

*Инструкции:*

Инструкция № 2: Вводный инструктаж по безопасности обучающихся Центра;

Инструкция №4: Правила поведения при проведении культурно-массовых мероприятий;

Инструкция № 15: Электробезопасность;

Инструкция № 18: Безопасность при проведении переменок;

Инструкция № 23: Пожарная безопасность;

Инструкция № 24: ПДД;

Инструкция № 26:Профилактика криминогенной обстановки.

## Список литературы для педагогов

1. Библия вкуса. Традиции. Эстетика. Мода. - М.: Эксмо, 2008. - 440 с.
2. Блюда из овощей, грибов и фруктов / ред. Н. Погожева. - М.: Лабиринт-Пресс, 2001. - 400 с.
3. Воронова О., Изысканный стол. Украшения и карвинг – М.,2010г.
4. Воробьева, Л.И. Книга о вкусной и здоровой пище / Л.И. Воробьева. - М.: АСТ-Пресс СКД, 2005. - 400 с.
5. Вента М., Учебники «Технология» под. ред. Симоненко 5-7 кл., 2001г.
6. Голованов А.Э. Разносолы деревенской кухни - М: Росаграпром - издат, 1989г.
7. Ермакова В.И., Кулинария. М: Просвещение. 1983г.
8. Егорова А.И., Вкусные украшения для праздничного стола 2011г.
9. Рубинштейн С.А. Основы общей психологии. В.2 д.Т.II.- М.: Педагогика, 1989.-328 с.
10. Книга о вкусной и здоровой пище / ред. А.А. Покровский. - М.: Пищевая промышленность, 1984. - 384 с.
11. Кулинария / ред. А. Каганова. - М.: Госторгиздат, 1987. - 404 с.
12. Кулинарные рецепты / ред. И.К. Сиволап. - М.: Пищепромиздат, 2012. - 335 с
13. Лазбина А.Я., Учебник «Обслуживающий труд» 4-8 кл. - М: Просвещение 1983г.
14.Обухова Л.Ф. Возрастная психология: Учебник. – М.: Педагогическое общество Россия, 2001.
15. Подласый И.П. Педагогика. Новый курс: Учебник для студ. пед. вузов: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,1999.
16. 101 рецепт французской кухни / ред. А.А. Золотов. - М.: Челябинск: Вариант-Книга, 1991. - 144 с.
17. Итальянская домашняя кухня. Книга Гастронома. - М.: Эксмо, 2009. - 256 с..

Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждённая распоряжением правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р0.
3. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ /Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242/

## Список литературы для детей и родителей

1. Лыкова И.А. Готовлю с мамой «Карапуз».- М., 2008г.
2. Меню для маленьких гурманов (специальный выпуск газеты),- Екб, 2008г.
3. Усова Ю., Как украсить блюда.- М, 2005г
4. Штеле, А.Л. Рассказы о курином яйце / А.Л. Штеле. - М.: Колос, 1980. - 111 с.
5. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о ягодах и грибах. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
6. Лопатина А., Скребцова М. Фруктовые сказки. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
7. Лопатина А., Скребцова М. Овощи целители. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
8. Лопатина А., Скребцова М. Медовые сказки. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
9. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о чае и целебных травах. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
10. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о хлебе, злаках и каше. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
11. Лопатина А., Скребцова М. Сказки об орехах и шоколаде. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.