

***Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4 с.п. Кантышево»***

<p><i>Согласовано: Заместитель директора по ВР Хациева А. С. от « 30 » августа 2023г</i></p>	<p><i>Утверждаю: Директор ГБОУ «СОШ №4 с.п. Кантышево» Манкиев Я. У-Г. Приказ № 205 от «30» августа 2023г.</i></p>
--	--

Рабочая программа

по дополнительному образованию

по кулинарии «Вкусландия»

Руководитель кружка: Хациева А. С.

на 2023-2024 учебный год



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00CB4CC9D83E1E9365CD8BA2C0D01F6D8E
Владелец: Манкиев Якуб Умат-Гиреевич
Действителен: с 21.03.2023 до 13.06.2024

Рабочая программа кружка по кулинарии «Вкусландия» (5-11классы)

Пояснительная записка

Занятия кружка по кулинарии, его работа, поможет подготовить детей к преодолению трудностей социализации и самостоятельной жизни. Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания в школе будет способствовать воспитанию физически нравственно здорового поколения, развитию у учащихся чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

Школьники с удовольствием посещают различные кружки, факультативы и другие дополнительные занятия. Особенной популярностью у них пользуются кружки по кулинарии, в которых дети с удовольствием учатся готовить.

Актуальность программы

«Вкусландия» в том, что обучение детей направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важными этапами на пути социализации личности. В процессе обучения воспитанники учатся бережно и с любовью относиться к своему национальному богатству, сохраняют и развивают традиции своего народа, своих семей. Формирования необходимого уровня адаптивности к условиям социума, готовности к жизни в обществе и к выполнению общественно полезного труда требует усилий многих специалистов. Поскольку труд является одним из основных факторов, способствующих интеллектуальному развитию ребёнка, цель кружка направлена не только на формирование необходимых учебных знаний, умений и навыков у детей, но и на подготовку своих воспитанников к самостоятельной жизни и деятельности в естественном социальном окружении.

выпускнику быть готовым к получению профессиональной подготовки и полноценному включению в производительный труд, уметь обустроить свой быт.

Цель программы:

Обучение учащихся приготовлению здоровой питательной пищи из доступных продуктов. Дать школьникам знания о рациональном питании, воспитать вкус к здоровой пище.

Для достижения цели были поставлены следующие **задачи:**

Обучающие:

- познакомить детей с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов; познакомить с сущностью диетического питания, особенностью различных диет, лечебными свойствами некоторых продуктов, организацией труда при приготовлении пищи;
- обучить технологии приготовления основных блюд русской и национальных кулинарий;
- приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности.

Развивающие:

- пробудить интерес к кулинарному искусству у детей;
- развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- развить эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, аккуратность;
- привить навыки работы в группе;
- формировать любовь и уважение к традициям русской кухни.

Программа обучения направлена на знакомство с историей кулинарии, основами рационального питания. Обучающиеся получают первоначальные знания и навыки приготовления несложных блюд: закусок, первых и вторых блюд, салатов.

Общая характеристика

Программа рассчитана на 308 часов учебного времени, предполагает сочетание теоретических практических знаний – практическим занятиям отводится 70% учебного времени, в рамках которого учащиеся выполняют практические работы, проекты. Практическая деятельность обучающихся носит творческий характер, способствует приобретению и активному использованию знаний, формированию технологической и кулинарной культуры. Они учатся подбирать продукты для приготовления различных блюд, правильно выбирать способ обработки, красиво оформлять готовые блюда, организации при приготовлении пищи, экономическим расчётам. Защита проекта представляется, как итоговая работа по результатам изучения данной программы.

Из-за большого объёма практических работ на изучения целесообразно отводить 4 часа в неделю.

Возраст детей, участвующих в реализации программы.

Программа ориентирована на учащихся 10-11 лет (5 класс). Приобретённые на занятиях знания и навыки помогут воспитанникам в повседневной жизни. Формы и методы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. Программа кружка рассчитана на тех, кто делает первые шаги в приготовлении несложных блюд, учит ориентироваться в многообразии продуктов.

Занятия в кружке позволят развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего труда.

Теоретическая часть программы включает в себя сведения об основных продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, сведения о культуре потребления пищи.

Практическая часть программы предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд из доступных продуктов, дегустацию и формирование сервировки стола.

Срок реализации программы – Сентябрь – май 2022-2023 г. (2 раза в неделю (9 часов), 308 часов год)

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

В настоящей программе отдается предпочтение следующим методам и формам обучения:

Объяснительно-иллюстративный –

позволяет стимулировать учеников к постоянному пополнению знаний об окружающей среде с помощью презентаций, бесед, сюжетно-ролевых занятий или деловых игр, докладов обучающихся, конкурсов и др.

Практический –

способствует развитию мышления через формирование интеллектуальных умений: обобщение, анализ, синтез, сравнение, моделирование, а также позволяет вовлечь учащихся в практическую деятельность с целью приобретения навыков

приготовления блюд разного уровня сложности: самостоятельная работа, экскурсии, работа с дополнительной литературой.

Дидактическое обеспечение

- интернет- ресурс;
- книги о вкусной и здоровой пище;
- журналы о кулинарии.

Материально-техническое оснащение

Для реализации данной программы необходим кабинет кулинарии. Он должен быть оборудован системами хозяйственного питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией и водостоками. Помещение должно иметь естественное освещение и хорошо проветриваться. В наличии необходимо иметь оборудование: плиту электрическую с жарочным шкафом, холодильник, миксер, набор столовой мебели (столы кухонные); шкафы для посуды; доски деревянные разделочные; сушилки для тарелок; посуду: кастрюли, сковороды, тарелки, ложки, набор чайной посуды, чайники

заварные, набор ножей, столовый сервиз, чайник; косынки, фартуки; моющие средства. Все продукты, необходимые для приготовления блюд, приобретаются за счет спонсорской помощи родителей.

Срок реализации программы – 1 год

Ожидаемые результаты

Знать (теория)	Уметь (практика)
Правила техники безопасности при приготовлении пищи	Соблюдать правила техники безопасности
Правила гигиены и санитарии	Соблюдать правила санитарии и гигиены
Основные группы продуктов питания	Выбирать продукты питания
Способы механической и тепловой обработки продуктов	Выполнять основные приёмы механической и тепловой обработки продуктов
Рецепты несложных блюд	Изготавливать блюда из различных продуктов согласно рецепту
Основные правила сервировки стола	Пользоваться инструментами и приспособлениями при приготовлении пищи
Правила поведения за столом	Сервировать стол при различных видах приёма пищи.

Тематический план

№ п/п	Тема	Кол-во занятий
1	Вводное занятие. Правила безопасности. Сервировка стола.	4
2	Национальные блюда Ингушетии	18
3	Блюда из овощей.	10
4	Блюда из круп и макаронных изделий	8
5	Супы.	5
6	Блюда из мяса.	10
7	Блюда из птицы, рыбы.	5
8	Различные мучные блюда	8
9	Кондитерские изделия	19

10	Работа с шоколадом	5
11	История чая	1
12	Молоко и молочные продукты	1
13	Что такое меню	1
14	Растительные продукты питания	3
15	Холодные закуски	1
16	Открытое занятие	1
17	Итоговое занятие	1

Календарно-тематический план

Всего в год 306 по 102 часа в год в трех группах, три часа в неделю

Наименование темы	Форма занятия	Содержание	Кол-во занятий	Дата
Вводное занятие	Беседа презентация	Правила безопасности кулинарных работ. Правила санитарии и гигиены. Правила сервировки стола.	4	
<p>Теория: закрепление пройденного, оформление рецептов.</p> <p>Практика: заключительное чаепитие. Традиционная ингушская кухня</p>	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация.	<p>Теория: Приготовления мучных изделий, изделий из кукурузной муки</p> <p>Практика: лепешки с творогом, картофелем и тыквой, сискал, галушки с мясом, зокаш, ингушская халва, творог с отваренным картофелем,</p>	18	
Блюда из овощей.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<p>Теория: виды овощей. Влияние овощей на организм человека. Первичная и тепловая обработка овощей.</p> <p>Практика: салаты из моркови, капусты, картофель отварной, жаренный, картофельное пюре,</p>	10	

		овощные салаты		
Блюда из круп и макаронных изделий	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: виды круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Правила варки молочных блюд. Практика: приготовление каш на молоке, гречневая каша с мясом, макароны с сыром, лагман.	8	
Супы.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: виды супов, последовательность закладки продуктов в суп Практика: приготовление куриного бульона, суп из кабачков, борщ, гороховый суп, зелёные щи, фрикадельковый суп, суп с фаршированным перцем	5	
Блюда из мяса.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: виды мясных продуктов. Виды из полуфабрикатов из рубленного мяса. Практика: изготовление котлет, запекание мяса в духовке, приготовление соусов,	10	

		мясных салатов, мясо по французки, бризоли,		
Блюда из птицы, рыбы.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: разнообразие продуктов из рыбы и птицы. Роль блюд из птицы и рыбы в полноценном питании. Сервировка стола к ужину. Практика: приготовление курицы в духовке, рыба в томатном соусе, курица в сметане, изготовление куриных и рыбных салатов, изготовление куриных котлет.	5	
Различные мучные блюда	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного, песочного и дрожжевого теста. Практика: выпечка блинов, оладий, «хвороста», пиццы. Торты. Выпечка из дрожжевого и слоенного теста. Украшение блюд.	8	
Кондитерские изделия	Инструктаж. Презентация. Практическое	Теория: разнообразие кондитерских изделий. Особенности приготовления	19	

	<p>занятие. Дегустация</p>	<p>заварного теста, бисквитного, Практика: капкейки, меренговый торт, торт развалина, фисташковый торт, красный бархат, ореховый, трайфлы фруктовые, вафли, орешки,</p>		
Работа с шоколадом	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Теория: История возникновения шоколада. Употребление и назначение. Практика: Приготовление различных фигур из шоколада, Киндер яйцо,</p>	5	
История чая.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Теория: история появления чая, сорта, состав. Практика: приготовление цветочного чая.</p>	1	

<p>Молоко и молочные продукты.</p>	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Теория: Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи.</p> <p>Практика: Приготовление молочной лапши.</p>	<p>1</p>	
<p>Что такое меню?</p>	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Теория: расчет продуктов на день, разработка меню.</p> <p>Практика: составление меню на день, праздничного меню.</p>	<p>1</p>	
<p>Растительные продукты питания</p>	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Теория: Растительные продукты питания и их использование в профилактике и лечении болезней. Возникновение и предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным</p>	<p>3</p>	

		<p>употреблением растительных продуктов питания.</p> <p>Практика: Приготовление блюд из пищевых растений : картофельные оладьи, капустные котлеты.</p>		
Холодные закуски.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Теория: Разнообразие вариантов приготовления закусок.</p> <p>Практика: правильная нарезка колбасы, твердого сыра, приготовление закуски</p>	1	
Открытое занятие	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p>Практика: приготовление блюда русской кухни , демонстрация навыков по сервировке стола.</p>	1	

Итоговое занятие		Теория: закрепление пройденного, оформление рецептов. Практика: заключительное чаепитие.	1	
------------------	--	---	----------	--

Требования к уровню подготовки обучающихся

По завершении обучения, обучающиеся должны знать:

- правила гигиены и безопасности труда;
- основные этапы истории развития кулинарии;
- основы рационального питания;
- правила поведения за столом;
- способы нарезки овощей;
- названия круп;
- технологию приготовления первых и вторых блюд;

Должны уметь:

- работать с ножом;
- сервировать стол к завтраку, обеду, ужину;
- готовить супы, каши;
- заваривать чай;
- готовить некоторые виды салатов;
- готовить песочное и дрожжевое тесто и изделия из них.

Задачи данной программы будут выполнены, если ребенок на занятии займет позицию «Я хочу это сделать сам». В задачу воспитателя входит не столько помочь ребенку в приготовлении пищи, сколько создать условия, при которых он будет хотеть создать свой неповторимый рецепт. Для этого педагогу необходимо помнить об особенностях детей с ОВЗ на занятии. На занятии должна быть специально организованная часть, направленная на обеспечение понимания цели и порядка выполнения практической работы, и должным образом оснащенная самостоятельная деятельность ребенка по преобразованию материала в изделия, причем на теоретическую часть занятия должно отводиться втрое меньше времени, чем на практические действия.

Формы и методы обучения и воспитания - беседы, практические занятия по приготовлению блюд, отчетные занятия, выполняемые самостоятельно практические работы по приготовлению и оформлению блюд, различные конкурсы, предметные недели, проектная, исследовательская деятельность.

Учитывая психические и интеллектуальные особенности обучающихся детей, занятия рекомендуется проводить, применяя разнообразные методы обучения с использованием наглядных материалов и образцов. Итогом работы обучающихся является конкурс национальных блюд. Из этого следует, что основная форма проведения занятий – практическая работа.

Литература

1. Аксакова О.В. Блюда из свинины. Слово, 2011.
2. Бочкова И.А. Кулинария для детей. Кухни народов мира.- М., 2011.
3. Евладова Е., Логинова Л.Г. Дополнительное образование детей. Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М., 2002
4. Зима О.И. Кулинарные рецепты на каждый день. – М.: Ринол классик, 2001.
5. Зима Д.Д. Такие разные салаты. – М.: Ринол классик, 2012
6. Иванова В.А. Детская поваренная книга. – М., 2000.
7. Обсуждаем проблему воспитания. / Под ред. Е.Н. Степанова, Н.А. Александровой/ - М., 2003.
8. Киреевский И.Р. Капустная семейка. Слово, 2013.
9. Левина М. Сервировка праздничного стола. – М., 2000.
10. Левина М. Сервировка праздничного стола. – М., 2012.
11. Новые санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для учреждения дополнительного образования. – М., 2004
12. Руфанова Е. Италия. Кухни народов мира. Слог, 2011.
13. Радина Т. Фантазии из овощей и фруктов. Коллекция Лучших Рецептов.

