

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Бурный»
Энгельсского муниципального района Саратовской области
413143 п. Бурный Энгельсского района Саратовской области
☎ 79-01-08 E-mail: burniy@yandex.ru

Рассмотрена
на заседании педагогического совета
протокол 12 от 09.06.2021 г.



Утверждаю
Директор МОУ «СОШ п.Бурный»
/И.Н.Терсина./
приказ от № 241 от 11.06.2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ЮНЫЙ КУЛИНАР"

Направленность: социально-гуманитарная
Срок реализации: 9 месяцев
Объём программы: 36 часов
Возраст детей: 7 – 10 лет

Рыль Марина Викторовна
педагог дополнительного образования

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный кулинар» социально-гуманитарной направленности разработана в соответствии с «Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МОУ «СОШ п.Бурный»Энгельсского муниципального района». (приказ 329 № от 05.09.2019 года).

История человечества – это не только история государств и народов, великих событий, это история повседневной жизни самых обыкновенных людей. Материальная культура и быт, нравы и обычаи определяют нашу жизнь не столько, чем великие сражения и события мирового масштаба. Еда и всё, что с ней связано – неотъемлемая часть материальной культуры любого народа, и поэтому питание всегда было, есть и будет важнейшей стороной бытия человека. Русский народ вписал в мировую кулинарную книгу сотни рецептов различных блюд, развил замечательные традиции стола, в основе которых лежит бережное, уважительное отношение к продуктам питания. Россияне по праву могут гордиться этой стороной своей культуры. Однако одной из примет нашей сегодняшней жизни является невежественность в области культуры питания. Культура питания – важная часть общей культуры человека. И дело не только в том, чтобы знать, в какой руке держать нож, а в какой – вилку. Нужно ещё знать – основы рационального питания. Знания подрастающего поколения о таких важных и необходимых каждому современному человеку вещах, как здоровое питание, здоровьесберегающие приёмы организации повседневной жизни минимальны. Последнее обстоятельство неизбежно сказывается на физическом и умственном развитии детей, влияет на их успехи в школе, личностную самореализацию.

Актуальность. Программа «Юный кулинар» направлена на приобщение детей к традициям русского народа. Наряду с новыми знаниями умениями приготовления пищи ребенок познакомится с традиционными русскими блюдами, с празднованием русских, традиционных, обрядовых праздников.

Адресат программы «Юный кулинар» -дети **7-10 лет.**

Возрастные особенности детей:детям этой возрастной группы свойственна повышенная активность, стремление к деятельности, происходит уточнение сфер интересов, увлечений. Дети данного возраста активно начинают интересоваться своим собственным внутренним миром и оценкой самого себя, учебная деятельность приобретает смысл как работа по саморазвитию и самосовершенствованию.

Занятия по настоящей программе обеспечивают «ситуацию успеха», что создает благоприятные условия для социализации ребенка.

Количество детей в группе –12-15 человек. Занятия проводятся всем составом в соответствии с календарным учебным графиком.

Сроки реализации программы:9 месяцев

Объём программы - 36 ч.

Форма обучения:очная.

Режим работы:1 раз в неделю по 1 часу

Количество обучающихся в группе: 12 - 15 .

Принцип набора в группу-свободный.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы:формирование у обучающихся устойчивой мотивации к здоровому питанию, основанному на следовании традициям национальной Русской кухни, через постижение основ кулинарного искусства.

Для достижения цели необходимо решить следующие **задачи:**
обучающие:

ознакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой

культуре;

обучить приёмам художественного оформления блюд и сервировки стола;

сформировать представление о рациональном и здоровом натуральном питании;

развивающие:

развивать интерес к творческому познанию и самовыражению;

способствовать развитию художественного вкуса, трудолюбия.

воспитательные:

сформировать навыки работы в коллективе.

Планируемые результаты

Предметные:

Будут знать:

- основные традиции русской кухни и их связь с бытовой народной культурой;
- принципы рационального и здорового питания.

Будут уметь:

- красиво сервировать стол к завтраку, обеду, к празднику;
- красиво оформлять готовые изделия.

Метапредметные:

- формирование потребности в творческом познании и самовыражении;
- развитие художественного вкуса, терпения.

Личностные:

- умение работать в коллективе, помогать друг другу в процессе работы;

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	Раздел №1. Введение в искусство кулинарии. Техника безопасности. Правила санитарии и гигиены. Основы здорового питания.	2	1	1	Беседа Практическое задание	Опрос, тестирование
2	Раздел №2. Особенности осеннего меню. Блюда из овощей. Многообразие использование овощей и фруктов кулинарии	6	3	3	Беседа, мастер-класс	Опрос, творческая мастерская
3	Раздел №3. Традиции русской кухни и русского гостеприимства. Сервировка стола к завтраку Русское чаепитие.	5	2	3	Беседа Практическое задание	Опрос, выставка блюд
4	Раздел №4. История русской кухни. Обрядовые, традиционные, праздничные блюда	6	3	3	Беседа Практическое задание	Опрос, кроссворд
5	Раздел №5. Веселые	6	3	3	Беседа	Опрос,

	бутерброды. Смешные салаты.				Практическое задание	выставка блюд
6	Раздел №6. Весенние праздники и блюда к ним.	6	3	3	Беседа Практическое задание	Опрос, выставка блюд
7	Конкурсы, праздники	4		4	Практическое задание	Творческая мастерская
8	Итоговое занятие	1		1	Практическое задание	Тестирование
	ИТОГО	36	16	20		

1.4.2. Содержание учебного плана

Раздел №1. (2 ч.)

Теория

Введение в искусство кулинарии. Знакомство с содержанием и формами работы в учебной группе. Ознакомление с учебным помещением, техникой и оборудованием. Общие понятия, «полезные» и «вредные» для человека продукты. Состав пищи. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены на занятиях.

Практика

Составление меню на день.

Раздел №2.(6 ч.)

Теория

Особенности осеннего меню. Блюда из овощей. Первичная обработка, формы нарезки. Многообразие использование овощей и фруктов кулинарии Приемы фигурной нарезки овощей. Техника безопасности

Практика

Мастер-классы: «Украшение блюд». «Блюда из овощей». Приготовление салата «Витаминный».

Раздел №3.(5 ч.)

Теория

Традиции русской кухни и русского гостеприимства. Особенности сервировки стола к завтраку. Русское чаепитие. Русские народные угощения к чаю.

Практика

Заваривание чая. Приготовление Ватрушки. Сервировка стола к завтраку.

Раздел №4(6 ч.)

Теория

История русской кухни. Уклад домашней жизни, традиционные кушанья, продукты для их приготовления, связанные с этим обычая на Руси. Традиционное русское хлебосольство.

Практика

Приготовление блинов. Приготовление пельменей, вареников.

Раздел №5(6 ч.)

Теория

Холодные закуски. Бутерброды. Винегреты как один из видов салатов. Бутерброды как вид быстрого питания, варианты «полезных» бутербродов.

Практика

Выполнение закусок и винегретов из различных продуктов по традиционным рецептам. Оформление и подача на стол. Приготовление бутербродов с сыром, овощами и зеленью.

Раздел №6.(6ч.)

Теория

Весенние праздники и блюда к ним.

Традиционная Русская народная выпечка. Кликанье весны. Куличи. История обрядовых блюд.

Практика

Постные блины. Пасхальные яйца. Печенье «Жаворонки».

Конкурсы, праздники.(4 ч.) Праздник «Пир на весь мир». Конкурсы.

Итоговое занятие.(1ч.) Подведение итогов. Чаепитие.

1.5. Формы аттестации планируемых результатов программы

Диагностика результативности сформированных компетенций, учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юный кулинар» осуществляется при помощи следующих методов диагностики и контроля:

- анкетирование, тестирование;
- беседа, устный опрос;
- контрольные задания;
- педагогическое наблюдение;
- устный анализ выполненных практических заданий;
- анализ активности.

В ходе реализации данной программы, обучающиеся приобретают знания, умения и навыки на теоретических и закрепляют на практических частях занятий. Эти знания выявляются в устных ответах на каждом занятии, во время проведения тематических викторин – после прохождения определённой темы. Результатом овладения практическим материалом являются готовые блюда, которые приготавливаются и дегустируются на занятии, а затем проводятся обсуждения итогов работы. Кроме того, проводятся: конкурс украшения закусок как итог темы «Веселые бутерброды; смешные салаты» конкурс росписи пряников – как итог темы «История и традиции русского застолья; праздник-конкурс «Масленица» и т.д... В этих конкурсах принимают участие обучающиеся, которые наиболее успешно освоили тему, а остальные ребята участвуют в конкурсах зрителей. В конце учебного года проводится заключительное занятие с викторинами, конкурсами, обсуждением результатов и награждением победителей. Обучающиеся принимают участие в конкурсах и праздниках в качестве детского жюри и таким образом показывают собственные знания и умения. На заключительном занятии при обеспечении компьютерами возможно проведение викторины «Кулинарная энциклопедия». Требования к организации контроля: - индивидуальный характер контроля, требующий осуществления контроля результатов работы каждого обучающегося; - систематичность, регулярность проведения контроля на всех этапах процесса обучения; разнообразие форм контроля, обеспечивающее выполнение его обучающей, развивающей и воспитывающей функции; - объективность; - дифференцированный подход, учитывающий особенности учебного курса.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение программы

п/п	тема	формы проведения занятий	приемы и методы	педагогические технологии	формы подведения итогов
1	Раздел №1. Введение в искусство кулинарии. Техника безопасности. Правила санитарии и гигиены. Основы здорового питания.	традиционная, интерактивная	словесный	здоровьесберегающие технологии, технология педагогической поддержки	Опрос.
2	Раздел	традиционная,	Словесный,		Творческая

	№2. Особенности осеннего меню. Блюда из овощей. Многообразие использование овощей и фруктов кулинарии.	мастер-класс	наглядный, работа под руководством педагога, дозированная помощь		мастерская, опрос
3	Раздел №3. Традиции русской кухни и русского гостеприимства. Сервировка стола к завтраку Русское чаепитие.	традиционная практическое задание	словесный, наглядный, работа под руководством педагога, дозированная помощь		Выставка, опрос
4	Раздел №4. История русской кухни. Обрядовые, традиционные, праздничные блюда.	традиционная практическое задание	словесный, наглядный, работа под руководством педагога, дозированная помощь		Кроссворд, опрос
5	Раздел №5. Веселые бутерброды. Смешные салаты.	традиционная практическое задание	словесный, наглядный, работа под руководством педагога, дозированная помощь		Выставка блюд, опрос
6	Раздел №6. Весенние праздники и блюда к ним.	традиционная практическое задание	словесный, наглядный, работа под руководством педагога, дозированная помощь		Выставка блюд, опрос
7	Конкурсы, праздники.	традиционная практическое задание	словесный, наглядный, работа под руководством педагога		Творческая мастерская
8	Итоговое занятие	традиционная	словесный, наглядный		Тестирование

2.3. Условия реализации программы.

2.3.1. Материально-техническое обеспечение.

Учебное помещение, соответствующее требованиям санитарных норм и правил, столы, стулья, доска школьная, книжный шкаф, плита электрическая, миксер, набор столовой мебели (столы кухонные); шкафы для посуды.

Материально - техническое обеспечение

В наличии имеется необходимое количество посуды, доски деревянные разделочные; сушилка для тарелок; набор чайной посуды, чайник, чайники заварные, набор ножей, спецодежда, столовый инвентарь.

Учебно-методическое обеспечение

Технологические карты блюд,

Таблицы-памятки;

Раздаточный материал;

Схемы;

Информационный материал;

фото и репродукции художественных натюрмортов (разделы «Овощные и фруктовые салаты», «Украшение кондитерских изделий»)

тесты для контроля знаний, умений, навыков;

дидактические карточки для контроля знаний, умений, навыков;

игровой материал;

наглядный иллюстративный материал;

Информационное обеспечение

- фотоаппарат, проектор, компьютер, сканер, принтер.

2.3.2. Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, владеющий соответствующей технологией.

2.4. Оценочные материалы

2.4.1. Критерии оценки результатов освоения программного материала:

Диагностика выполнения программы проводится в начале учебного года (сентябрь), в конце первого полугодия (декабрь) и в конце учебного года (май).

Критерии оценки теоретической подготовки обучающихся:

- соответствие теоретических знаний программным требованиям;
- осмысленность и свобода владения специальной терминологией.

Критерии оценки практической подготовки обучающихся:

- соответствие уровня практических умений и навыков программным требованиям;
- качество выполнения практических заданий.

Определение уровня освоения программного материала при проведении итоговой аттестации:

- высокий уровень – 100-81% - обучающийся знает теоретический материал, владеет терминологией, умеет самостоятельно применять на практике полученные знания и умения, максимально проявляя творчество и фантазию,
- средний уровень – 80-60 % - обучающийся знает основной программный материал, выполняет задания по образцу, изредка проявляя самостоятельность,
- низкий уровень – менее 60 % - обучающийся обладает минимальным объемом знаний и умений, способен выполнять работу только с помощью педагога незначительную часть программного материала, с помощью педагога выполняет элементарные задания.

2.5.Список литературы.

2.5.1 Литература для педагога:

1. Кузнецова М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.
2. Кулинарные шедевры за 30 минут / Пер. с англ. – ЗАО «Издательский дом Ридерз Дайджест», 2003.
- 3.Лагутина Л.А. Русская кухня от заедок до закусок, Ростов-на-Дону, Феникс, 2004
4. Меджитова Э., Русская кухня, издательство: Колос, 2011.
5. Поскребышева Г.И. Новейшая кулинарная энциклопедия. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.
6. Поскребышева Г.И. Энциклопедия домашних заготовок. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.
7. Соколинская Н. «Сборник рецептур блюд» Москва «Экономика» 2004г.
8. Старостина Л.Г. Сервировка и этикет. Минск, Харвест,2000
9. Сучкова Е.М., Поскребышева Г.И. Выпечка. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001.
- 10.Чадеева Ирина, Выпечка по ГОСТу. Вкус нашего детства, издательство: Астрель, Аркаим, 2012.

2.5.2. Литература для обучающихся:

1. Геогова А. Я познаю мир. Детская энциклопедия кухни народов мира – М., 2005.
2. Ивушкина О. Украшение блюд праздничного стола – М., Рипол Классик, 2004.
3. Кузнецова М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.
4. Кулинарный праздник для всей семьи: 150 рецептов оригинальных блюд (четкие поэтапные инструкции) – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001.
5. Соколова Е.И. Приготовление блюд из овощей и грибов – М.; Издательский центр «Академия», 2014.
6. Родионова С. Овощи на вашем столе – М., Рипол Классик, 2000.

2.5.3. Интернет-ресурсы:

<https://www.1001recept.com/>

<https://varimparim.ru/>

Приложения к дополнительной общеразвивающей программе «Юный кулинар»
Приложение 1

Календарный учебный график

№	Дата	Тема занятия	Ко-во часов	Место проведения	Форма проведения	Форма аттестации/ контроля	Корректировка
Раздел 1. Введение в искусство кулинарии(2ч)							
1	02.09.2021	Вводное занятие. Правила по технике безопасности, санитарии и гигиены.	1	Кабинет начальных классов	традиционная	опрос	
2	09.09.2021	Основы здорового питания. Меню на день.	1	Кабинет начальных классов	традиционная	опрос	
Раздел 2. Особенности осеннего меню (6ч)							
3	16.09.2021	Овощи. Блюда из овощей.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
4	23.09.2021	Овощи и фрукты. Первичная обработка, формы нарезки.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
5	30.09.2021	Многообразие использование овощей и фруктов кулинарии.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
6	07.10.2021	Приготовление салата из овощей.	1	Кабинет № 2	практическая работа	творческая мастерская	
7	14.10.2021	Мастер-класс: «Блюда из овощей».	1	Кабинет № 2	мастер-класс	творческая мастерская	
8	21.10.2021	Мастер-класс: «Украшение блюд».	1	Кабинет № 2	мастер-класс	творческая мастерская	
Раздел 3. Традиции русской кухни и русского гостеприимства. (5ч)							
9	28.10.2021	Обряды и таинства приготовления и приёма пищи в России. Русское гостеприимство.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
10	04.11.2021	Таинство чаепития Русские народные угощения	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	

		к чаю.					
11	11.11.2021	Русское чаепитие. Заваривание чая.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
12	18.11.2021	Сервировка стола к завтраку.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
13	25.11.2021	Приготовление Ватрушки.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
Раздел 4. История «Русской кухни»(6ч)							
14	02.12.2021	Традиционные кушанья, продукты для их приготовления, связанные с этим обычаями на Руси.	1	Кабинет № 2	традиционная	кроссворд	
15	09.12.2021	Традиционное сырьё для приготовления пищи на Руси.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
16	16.12.2021	«Профессии» русской печи.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
17	23.12.2021	Приготовление блинов.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
18	13.01.2022	Приготовление пельменей.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
19	20.01.2022	Приготовление вареников.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
Раздел 5. Веселые бутерброды. Смешные салаты. (6ч)							
20	27.01.2022	Виды бутербродов. Инструменты приспособления, материалы.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
21	03.02.2022	Винегреты как один из видов салатов. Технология изготовления.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
22	10.02.2022	Пищевое и эстетическое значение закусок. Традиции приготовления, оформления и подачи закусок.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
23	17.02.2022	Приготовление холодных	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	

		закусок. Сервировка и подача.					
24	24.02. 2022	Приготовление винегрета. Сервировка и подача.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
25	03.03. 2022	Приготовление бутербродов с сыром, овощами и зеленью. Сервировка стола.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
Раздел 6. «Весенние праздники и блюда к ним». (6ч)							
26	10.03. 2022	Рождественские обычаи в России. Традиции празднования.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
27	17.03. 2022	Закликание весны. Печенье «Тетерки». «Жаворонки». Технология приготовления. Рецепт.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
28	24.03. 2022	Пасха. История обрядовых блюд. Куличи.	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
29	31.03. 2022	Постные блины.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
30	07.04. 2022	Печенье «Жаворонки».	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
31	14.04. 2022	Пасхальные яйца. Приемы росписи пасхальных яиц.	1	Кабинет № 2	практическая работа	выставка	
Конкурсы, праздники. (4ч)							
32	21.04. 2022	Подготовка к празднику «Пир на весь мир».	1	Кабинет № 2	традиционная	опрос	
33	28.04. 2022	Праздник «Пир на весь мир».	1	Кабинет № 2	практическая работа	творческая мастерская	
34	05.05. 2022	Конкурс «Праздничное меню».	1	Кабинет № 2	практическая работа	творческая мастерская	
35	12.05. 2022	Конкурс «Фруктовая	1	Кабинет № 2	практическая работа	творческая мастерская	

		сказка».					
Итоговое занятие. (1ч)							
36	19.05. 2022	Подведение итогов. Разгадывание загадок, чаепитие.	1	Кабинет № 2	традицион ная	тестирован ие	