**Муниципальное бюджетное учреждение  
 дополнительного образования  
«Дом детского творчества» МО «Акушинский район»**

Принята на заседании «Утверждаю» Директор

Методического совета МБУ ДО ДДТ МО «Акушинский район»

Протокол №\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_А.М.Гаджева

От «\_\_»\_\_\_\_\_\_20\_ \_года Приказ№\_\_\_

От «\_\_» \_\_\_\_\_\_20\_\_года

**Общеобразовательная общеразвивающая**

**программа дополнительного образования детей**

**«Кулинария»**

**Направленность:** **художественная**

**Уровень программы:** ознакомительный

**Возраст учащихся**: от 5-18лет

**Срок реализации:** 1год

Автор-составитель:

Багаудинова Патимат Б.

ПДО МБУ ДО ДДТ МО «Акушинский район»

Акуша - 2020г.

**Пояснительная записка.**

Основными задачами учреждения дополнительного образования детей являются:

* обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья и профессионального самоопределения, творческого труда детей;
* адаптация их к жизни в обществе;
* формирование общей культуры;
* организация содержательного досуга.

Реализация программы дополнительного образования детей «Поваренок», рассчитанной на три года обучения. Социально – педагогическая направленность программы предполагает адаптацию обучающихся к жизни в обществе посредством приобщения их к труду, к культуре и традициям родного края и формирования коммуникативных навыков.

Задача укрепления здоровья также соответствует целевым ориентирам программы, так как здоровая пища – залог здоровья организма. Занятия по программе «Хозяюшка» способствует организации содержательного досуга обучающихся и формированию общей культуры в процессе освоения знаний, определенных ее содержанием. Содержание программы не представляет собой перечень специальных тем по изучению основ кулинарии, его воспитательный блок органично включен в процесс обучения.

Кулинария – искусство приготовления пищи. 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 об этом топливе, уметь грамотно его использовать должен любой человек. Великие тайны кулинарии откроются перед теми, кто захочет научиться готовить по всем правилам, превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу. Умение хорошо, то есть правильно, вкусно, быстро и экономно готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни. Владение кулинарией требует большого объема знаний и навыков, значительной культуры и эрудиции, чтобы соответствовать современным требованиям.

Программа предназначена для дополнительного обучения детей от 6-ти до 15-ти лет.

Образовательная программа «Хозяюшка » направлена на формирование культуры здоровья и охраны жизнедеятельности.

Программа способствует:

* развитию представлений о способах сохранения и укрепления здоровья, его охраны;
* выработке представлений об основных нормах и правилах здоровье с берегающего поведения;
* выработке основных представлений о здоровом образе жизни, условиях, способах охраны жизнедеятельности и последствиях соблюдения или нарушения утверждаемых современной культурой норм и правил.

Цель программы:

* создание условий для формирования у обучающихся через постижение основ кулинарного искусства устойчивой мотивации к здоровому питанию, основанному на следовании традициям национальной русской кухни.
* создание условий для ознакомления с теми специальными знаниями и навыками, которые необходимы в практической деятельности кулинара.

Программа имеет необходимое учебно – методическое обеспечение для успешной реализации поставленной цели и направлена на осуществление следующих ***задач****:*

* знакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре;
* формировать навыки и умения приготовления основных блюд национальной кухни, даргинской кухни и кухни некоторых народов мира развивая терпение, настойчивость, трудолюбие;
* знакомить учащихся с разнообразными технологиями кулинарии и освоить с ними технологии приготовления блюд кулинарных и кондитерских изделий, требующих простой кулинарной обработки, расширяя трудовой опыт детей, приучить к самообслуживанию;
* освоить технологию определения признаков доброкачественности продуктов;
* обучить приёмам художественного оформления блюд и сервировки стола;
* формировать представление о рациональном и здоровом натуральном питании;
* формировать умение рационально организовать труд на своем рабочем месте;
* выработать безопасные и санитарно – гигиенические приемы труда;
* знакомить с технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, весоизмерительными приборами и правилами их эксплуатации;
* знакомить обучающихся с технологией осуществления проектно-исследовательской деятельности в сфере изучения кулинарных традиций.
* развивать интерес к творческому познанию и самовыражению;
* формировать и поддержать интерес к народному творчеству и культуре в сфере быта;
* способствовать развитию художественного вкуса;
* формировать навыки работы в коллективе, воспитывая чувство товарищества и взаимопомощи, ответственности за порученное дело.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие формы обучения: беседы, практические занятия по приготовлению блюд, отчетные занятия, выполняемые самостоятельно практические работы по приготовлению и оформлению блюд, различные конкурсы, предметные недели, проектная, исследовательская деятельность.

Соответствие уровня развития детей программным требованиям выявляется при помощи метода наблюдения, метода сравнения независимых характеристик, изучения продуктов образовательной деятельности, в ходе проведения зачетных и открытых мероприятий. Диагностические данные заносятся в таблицы, позволяющие отслеживать результаты дополнительного образования детей и развития личностных качеств. Критерии оценки уровня освоения программных требований работы по пяти показателям: *знания и умения, мотивация познания, творческая активность, эмоциональная настроенность, достижения.*

**Актуальность программы** « **Хозяюшка** » в том, что обучение детей и подростков направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важным этапом на пути социализации личности. В процессе обучения воспитанники учатся бережно и с любовью относится к своему национальному богатству, сохраняют и развивают традиции своего народа, своих семей.

***Цель программы:***

* дать обучающимся знания о культуре питания;
* сформировать умения по приготовлению здоровой пищи;
* развить способность критически относиться к разного рода модным диетам;
* развивать эстетический вкус обучающихся;
* воспитать вкус здоровой пищи;
* развивать творческие способности обучающихся в кулинарии.

***Задачи программы:***

* ознакомить с организацией труда при приготовлении пищи, экономическими расчётами;
* развить практические умения в области кулинарии, умения самостоятельно приобретать и применять знания на практике;
* развить навыки самоорганизации, самоанализа и самооценки;
* ознакомить с особенностями различных диет, лечебными свойствами некоторых продуктов;
* воспитать уважение к своему здоровью и труду;
* развить коммуникативные навыки, которые способствуют развитию умений работать в группе.

Программа способствует формированию представления о характере осознанного выбора путей получения дальнейшего образования в сфере обслуживания, подготовке к самостоятельной жизни и конкретным видам труда. Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальным в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания в доме детского творчества способствует воспитанию физически и нравственно здорового поколения, развитию у обучающихся чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

. 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.

Наиболее характерна следующая структура занятий: организационный момент, повторение пройденного материала, изложение новой темы, вводный инструктаж, подготовка к практической работе, практическая работа и текущий инструктаж, уборка рабочих мест, сервировка стола и снятие пробы (дегустация), заключительный инструктаж, мытье посуды и уборка помещения.

Руководитель объединения составляет перспективный план работы с учетом местных условий, возможностей и национальных традиций. Необходимо включить в план практические работы по приготовлению национальных блюд.

Большое внимание на занятиях должно уделяться экономному ведению домашнего хозяйства, бережному отношению к продуктам питания, особенно к хлебу. В план работы следует включать темы бесед о рациональном питании, об использовании остатков хлеба в кулинарии, работы по приготовлению блюд из черствого хлеба.

* **Учебно-тематический план на первый год обучения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Название раздела,темы. | Количество часов | | | Формы аттестации контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| **1** | Вводное занятие | 2 | 2 | - | устный опрос |
| **2** | История возникновения кулинарии. Культура застолья. Организация стола для приема гостей. | 6 | 2 | 4 | устный опрос |
| **3** | Основы здорового образа жизни. Культура питания | 10 | 2 | 8 | Беседа и практическая работа |
| **4** | История возникновения кулинарии. Культура застолья. | 8 | 3 | 5 | Беседа и практическая работа |
| **5** | Физиология питания | 6 | 2 | 4 | Беседа и практическая работа |
| **6** | Сервировка стола. Различные способы складывания салфеток. | 14 | 4 | 10 | Беседа и практическая работа |
| **7** | Правила первичной обработки овощей. Технология приготовления блюд из сырых и варёных овощей | 8 | 2 | 6 | Беседа и практическая работа |
| **8** | Способы и формы нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей | 8 | 4 | 4 | Беседа и практическая работа |
| **9** | Блюда из яиц. | 10 | 2 | 8 | Беседа и практическая работа |
| **10** | Горячие напитки | 10 | 2 | 8 | Беседа и практическая работа |
| **11** | Коктейли из мороженого | 6 | 2 | 4 | Беседа и практическая работа |
| **12** | Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты | 4 | 2 | 2 | Беседа и практическая работа |
| **13** | Крупы и макаронные изделия. Значения в питании человека | 4 | 2 | 2 | Беседа и практическая работа |
| **14** | Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее | 10 | 2 | 8 | Беседа и практическая работа |
| **15** | Мясо. Пищевая ценность и блюда из нее | 12 | 4 | 8 | Беседа и практическая работа |
| **16** | Технология приготовления песочного теста и изделия из него. | 2 | 1 | 1 | Беседа и практическая работа |
| **17** | Технология приготовления жидкого дрожжевого теста и изделий из него. | 2 | 1 | 1 | Беседа и практическая работа |
| **18** | Технология приготовления дрожжевого теста и изделий из него | 2 | 1 | 1 | Беседа и практическая работа |
| **19** | Технология приготовления сдобного теста и изделий из него | 2 | 1 | 1 | Беседа и практическая работа |
| **20** | Блюда национальной кухни | 16 | 4 | 12 | Беседа и практическая работа |
| **21** | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | выставка |
|  | Итого-144 | 144 | 44 | 100 |  |

**Календарный учебный график 1-го года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Число | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | **С е н т я б р ь** | 4 | 13.00-15.00 | Учебное занятие | 2 | Вводное занятие | ДДТ | беседа |
| 2 | 7  11  14 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие  учебное занятие  учебное занятие | 2  2  2 | История возникновения кулинарии. Культура застолья. Организация стола для приема гостей. | ДДТ | беседа и практ |
| **3** | 18  21  25  28 | 13.00-15.00  13.00-1500  13.00-15.00 13.00-15.00 | Учебное занятие | 2  2  2  2 | Основы здорового образа жизни. Культура питания | ДДТ | Беседа и практ |
| 3 |  | 2 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Основы здорового образа жизни. Культура питания | ДДТ |  |
| 4 | **О к т я б р ь**  **октябрь**  **ноябрь** | 5  9  12    16 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2   2  2  2 | История возникновения кулинарии. Культура застолья. | ДДТ | беседа и практ |
| 5 | 19  23  26 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Физиология питания | ДДТ | беседа и практ |
| 6 | 30  2  6  9   13  16  20 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2  2 | Сервировка стола. Различные способы складывания салфеток. | ДДТ | Беседа и практ |
| **Н о я б р ь** |
| 7 | 23  27  30 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Правила первичной обработки овощей. Технология приготовления блюд из сырых и варёных овощей | ДДТ | Беседа и практ |
| 7 |
| 8 | **Д е к а б р ь**  **декабрь** | 4  7  11  14 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Способы и формы нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей | ДДТ    ДДТ | беседа и практ |
|  | учебное занятие | беседа и практ |
| 9 | 18  21  25  28 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Блюда из яиц. | ДДТ | беседа и практ |
|  | 11 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Блюда из яиц. | ДДТ | беседа и практ |
| 10 | 15  18  22 25  29 | 13.00-15.00  13.00-15.00 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 2  2  2 | Горячие напитки | ДДТ | беседа и практ |
| **Я н в а р ь** |
| 11 | **Ф е в р а л ь** | 1  5  8 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Коктейли из мороженого | ДДТ | беседа и практ |
| 12 | 12  15 | 13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты | ДДТ | беседа и практ |
| 13 | 19  22 | 13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Крупы и макаронные изделия. Значения в питании человека | ДДТ | беседа и практ |
| 14 | 26 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее | ДДТ | беседа и практ |
|  | **М а р т**  **А**  **Р**  **т** | 1  5  12  15 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее | ДДТ | беседа и практ |
| 15 | 19  22  26  29 | 13.00-15.00 13.00-15.00 13.00-15.00 13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Мясо. Пищевая ценность и блюда из нее | ДДТ | беседа и практ |
|  | **А п р е л ь** | 2  5 | 13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Мясо. Пищевая ценность и блюда из нее | ДДТ | беседа и практ |
| 16 | 9 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Технология приготовления песочного теста и изделия из него | ДДТ | беседа и практ |
| 17 | 12 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Технология приготовления жидкого дрожжевого теста и изделий из него. | ДДТ | беседа и практ |
| 18 | 16 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Технология приготовления дрожжевого теста и изделий из него |  | беседа и практ |
| 19 | 19  23 | 13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Технология приготовления сдобного теста и изделий из него | ДДТ | беседа и практ |
| 20 | 26  30 | 13.00-15.00 13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Блюда национальной кухни | ДДТ | беседа и практ |
|  | **М а й** | 3    7  10  14  17  21  31 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2 | Блюда национальной кухни | ДДТ | беседа и практ |
| 21 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Итоговое занятие | ДДТ | групповая оценка работ |

**Содержание программы 1-года обучения .**

1.Вводное занятие. Цели и задачи кружка. Обсуждение плана творческих проектов. Значение питания для жизнедеятельности организма. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. Игры на знакомство. Викторина.

2.История возникновения кулинарии. Культура застолья. Организация стола для приема гостей. Пища – основа жизни человека. Основные правила приготовления различных блюд. Особенности кухни народов различных стран. Охрана труда при кулинарной обработке продуктов. Санитарно-гигиенические требования к технологии приготовления блюд. Культура застолья. Сервировка праздничного стола

3.Основы здорового образа жизни. Культура питания. Пищевые вещества и их значение. Питание и здоровье. Пути формирования здорового образа жизни.

*Практическая работа*. Выявление потребности человека в применении «кулинарии здоровья». Приготовление блюд из вареных овощей. Перечень блюд: винегрет из фруктов и овощей, салат из свеклы со сливами

4 История возникновения кулинарии. Культура застолья.

5 Физиология питания. процесс пищеварения, витамины и их влияние на здоровье человека

6. Сервировка стола. Различные способы складывания салфеток.

Составление меню. Оформление готовых блюд и правила их подачи к столу. Правила подачи горячих напитков. Столовые приборы и правила пользования ими. Способы складывания салфеток. Эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом.

*Практическая работа*. Сервировка стола к чаю. Складывание тканевых и бумажных салфеток различными способами.

7 Правила первичной обработки овощей. Технология приготовления блюд из сырых и варёных овощей. Правила первичной обработки всех видов овощей. Пищевая ценность, способы использования, рецептура овощных блюд.

*Практическая работа*: салаты из отварных и сырых овощей

8 Способы и формы нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей. Правила нарезки овощей. Очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками.

*Практическая работа:*Нарезки овощей, приготовление и украшение салатов

9 Блюда из яиц. Технология приготовления блюд из яиц, определение свежести яиц. Пищевая ценность яиц. Блюда из яиц.

*Практическая работа:* приготовление блюд из яиц

10 Горячие напитки Разнообразие горячих напитков, способы приготовления.Значение и вкусовые качества сладких блюд. Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота, киселя, желе, мусса). Горячие и холодные напитки. Способы приготовления горячих напитков.

*Практическая работа:* приготовление горячих напитков

11 Коктейли из мороженого Значение и вкусовые качества коктейлей из мороженого. Технология приготовления коктейлей. Способы приготовления.

*Практическая работа:*Приготовление коктейлей из сока, молока и мороженого

12 Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты питательная ценность молочных продуктов. Свойства молочных продуктов.

*Практическая работа:*Приготовление молочной каши

13 Крупы и макаронные изделия. Значения в питании человека. Питательная ценность круп, обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп.

*Практическая работа:*Приготовление крупяных биточков и каши рассыпчатой

14 Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее Рыба, рекомендуемая для детского питания. Питательная ценность рыбы. Признаки ее доброкачественности. Обработка мороженой рыбы и филе. Разделка рыбы. Изделия из нее.

*Практическая работа:*Разделка рыбы и приготовление рыбы жареной и рыбных котлет

15 Мясо. Пищевая ценность и блюда из нее Виды мяса, питательная ценность, хранение и обработка мяса. Изделия из рубленного мяса. Оформление вторых блюд из мяса.

*Практическая работа:*Приготовление котлетной массы и изделий из нее

16 Технология приготовления песочного теста и изделия из него. Виды теста. Способы приготовления теста.

*Практическая работа:*Приготовление песочного теста

17 Технология приготовления жидкого дрожжевого теста и изделий из него Способы приготовления теста

*Практическая работа:*Приготовление жидкого дрожжевого теста для блинов

18 Технология приготовления дрожжевого теста и изделий из негоСпособы приготовления теста

*Практическая работа:*Приготовление дрожжевого теста и закрытого пирога с яблоками

19 Технология приготовления сдобного теста и изделий из него Способы приготовления теста

*Практическая работа:*Приготовление изделий из сдобного теста

20 Блюда национальной кухни История развития национальной кухни. Сырьё. Правила обработки овощей. Технология приготовления холодных блюд и закусок, супов, блюд из мяса, птицы, мучных изделий. Их особенность. Подача и оформление.

*Практическая работа*Приготовление блюд. Азу по-татарски. Чак-чак.

21 Итоговое занятие Подведение итогов за год.

Демонстрация детьми умения сервировать стол и навыков поведения за столом, конкурс на лучшее оформление холодных блюд, соревнование на правильную и быструю нарезку овощей, викторина, награждение лучших кружковцев, праздничный чай.

***По окончании прохождения программы учащиеся должны знать:***

* о культуре труда;  
  пищевой ценности продуктов;
* правила санитарии, гигиены, безопасной работы при кулинарных работах;
* виды и кулинарные свойства продуктов;
* способы приготовления пищи и оформления блюд;
* виды национальных блюд;
* о культуре застолья, правил приёма гостей, сервировке стола;
* об основах рационального питания;
* о физиологии питания;
* о лечебных свойствах продуктов;
* об особенностях различных диет;
* об этапах выполнения проекта.

**Должны уметь:**

* осуществлять поиск необходимой информации в области кулинарии;
* определять количество продуктов и выполнять технологические операции по обработке продуктов с соблюдением безопасных приёмов работы;
* работать с кухонным оборудованием;
* определять качество продуктов;
* выполнять сервировку стола; украшать готовое блюдо;
* составлять меню, согласно калорийности продуктов;
* правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюд;
* правильно выбирать способы обработки продуктов;
* готовить диетические блюда;
* рассчитать калорийность блюда;
* рационально использовать знания о здоровой пищи;
* планировать проектную деятельность;
* использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни;
* готовить изделия из теста;
* соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;
* правильно вести себя за столом..

**1-ый год обучения**

**Ожидаемые результаты первого года обучения**

**предполагает:**

* развитие способностей ориентирования в многообразии продуктов питания
* предъявлять санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи
* составлять разнообразное меню
* самостоятельно готовить различные блюда
* использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни;

**Обучающиеся должны уметь:**

* мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду
* пользоваться инструкциями к различным бытовым химическим средствам
* правильно выбирать способы обработки продуктов;
* определять качество продуктов;
* накрывать стол с учетом различного меню
* резать ножом бутерброды и продукты для них
* нарезать вареные овощи кубиками и соломкой
* отваривать макаронные изделия
* варить кашу на воде и на молоке
* отваривать картофель и готовить пюре
* готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных пр)
* готовить национальные изделия из теста
* организовать праздничный стол соответственный данному празднику
* составить праздничную программу

**Обучающиеся *должны знать:***

* о культуре труда;
* пищевой ценности продуктов;
* правила санитарии, гигиены, безопасной работы при кулинарных работах
* виды и кулинарные свойства продуктов;
* способы приготовления пищи и оформления блюд;
* виды национальных блюд;
* о культуре застолья, правил приёма гостей, сервировке стола;
* об основах рационального питания;
* о физиологии питания;
* о лечебных свойствах продуктов;

**Учебно-тематический план на второй год обучения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Название раздела,темы. | Количество часов | | | Формы аттестации контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| **1** | . Вводное занятие. Содержание программы, расписание занятий. Техника безопасности на занятиях | 2 | 2 | - | устный опрос |
| **2** | **Закуски** Винегрет (с зеленым горошком). Запись рецептов | 10 | 4 | 6 | Беседа и показ |
| **3** | Салат из овощей с морской капустой | 10 | 4 | 6 | Беседа и показ |
| **4** | Салат из вареных овощей с зеленым горошком. | 14 | 4 | 10 | Беседа и показ |
| **5** | Омлет с колбасой. Запись рецептов. | 8 | 2 | 6 | Беседа и показ |
| **6** | Плов с морковью, курагой и изюмом. | 14 | 2 | 12 | Беседа и показ |
| **7** | Кисель. | 6 | 2 | 4 | Беседа и показ |
| **8** | Печенье домашнее. | 10 | 2 | 8 | Беседа и показ |
| **9** | Домашний пирог с повидлом. | 10 | 2 | 8 | Беседа и показ |
| **10** | **Консервирование овощей**  Заготовка впрок овощей и их хранение. | 14 | 2 | 12 | Беседа и показ |
| **11** | Консервирование овощей. | 20 | 2 | 18 | Беседа и показ |
| **12** | Заправка для борща. | 18 | 4 | 14 | Беседа и показ |
| **13** | Лечо. | 18 | 2 | 16 | Беседа и показ |
| **14** | **Первые блюда**  Овощное рагу. | 12 | 4 | 8 | Беседа и показ |
| **15** | Суп картофельный с бобовыми. | 10 | 2 | 8 | Беседа и показ |
| **16** | Щи с квашенной капустой на мясном бульоне. | 10 | 2 | 8 | Беседа и показ |
| **17** | Борщ. | 6 | 2 | 4 | Беседа и показ |
| **18** | Тефтели. | 8 | 2 | 6 | Беседа и показ |
| **19** | Котлеты. | 8 | 2 | 6 | Беседа и показ |
| **20** | Пельмени домашние. | 6 | 2 | 4 | Беседа и показ |
| **21** | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | групповая оценка работ |
|  | Итого-144 | **216** | **51** | 165 |  |

**Календарный учебный график 2-го года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Число | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | **Сентябрь**  **Сентябрь** | 5 | 13.00-15.00 | Учебное занятие | 2 | Вводное занятие. Содержание программы, расписание занятий. Техника безопасности на занятиях | ДДТ | беседа |
| 2 | 6  7  12  13  14 | 13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Закуски Винегрет (с зеленым горошком). Запись рецептов | ДДТ | беседа |
| 3 | 19  20  21  26  27 | 13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Салат из овощей с морской капустой | ДДТ | беседа и практ |
| 4 | 28 | 15.00-17.00 | учебное занятие | 2 | Салат из вареных овощей с зеленым горошком. | ДДТ | Беседа и практ |
|  | **октябрь** | 3  4  5  10  11  12 | 13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2 | Салат из вареных овощей с зеленым горошком. | ДДТ | Беседа и практ |
| 5 | 17  18  19  24 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Омлет с колбасой. Запись рецептов. | ДДТ | Беседа и практ |
| 6 | 25  26  31 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Плов с морковью, курагой и изюмом. | ДДТ | Беседа и практ |
|  |  | 1  2  7  8 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  22 | Плов с морковью, курагой и изюмом. | ДДТ | Беседа и практ |
|  |
| 7 | **Н о я б р ь** | 9  14  15 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Кисель. | ДДТ |  |
| 8 | 16  21  22  23  28 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Печенье домашнее. | ДДТ | Беседа и практ |
| 9 | 29 | 13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Домашний пирог с повидлом. |  | беседа и практ |
| 30 |
| **Декабрь**    **декабрь** | 5 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Домашний пирог с повидлом. |  | беседа и практ |
| 6 |
| 7 |
| 12  13  14  19  20  21  26 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2  2 | **Консервирование овощей**  Заготовка впрок овощей и их хранение. | ДДТ | Беседа и практ |
| 10 |
| 11 | 27  28 | 13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Консервирование овощей. | ДДТ | беседа и практ |
| **Я н в а р ь** | 11  16  17  18  23  24  25  30 | 15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2  2  2 | Консервирование овощей. | ДДТ | беседа и практ |
| 31 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Заправка для борща. | ДДТ | беседа и практ |
| **Ф**  **Е**  **В**  **Р**  **А**  **Л**  **ь** | 1  6  7  8  13  14  15  20 | 1**5**.00 17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2  2  2 | Заправка для борща. | ДДТ | беседа и практ |
| 12  13 |
| 21  22  27  28 | 13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Лечо. | ДДТ | беседа и практ |
|  | **М а р т**  **М а р т**  **М а р т**  **А**  **Р**  **т** | 1  6  7  13  14 | 15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Лечо. | ДДТ | беседа и практ |
| 14  15 | 15 20  21  22  27  28 | 13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2  2 | **Первые блюда**  Овощное рагу. | ДДТ | беседа и практ |
| 29 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Суп картофельный с бобовыми | ДДТ | беседа и практ |
| **А п р е л ь** |
| 3  4  5  10 | 15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Суп картофельный с бобовыми | ДДТ | беседа и практ |
| 16 | 11  12  17  18  19 | 13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Щи с квашенной капустой на мясном бульоне. | ДДТ | беседа и практ |
| 17 | 24  25  26 | 13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | **2**  **2**  **2** | Борщ. | ДДТ | беседа и практ |
| 18 | **М а й** | 1 | 15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Тефтели. | ДДТ | беседа и практ |
| 2 |
| 3 |
| 8 |
| 19 | 10  15  16  17 | 13.00-15.00  15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Котлеты. | ДДТ | беседа и практ |
| 20 | 22  23  24 | 15.00-17.00  13.00-15.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Пельмени домашние. | ДДТ | Практическая работа |
| 21 | 29 | 15.00-17.00 | учебное занятие | 2 | Итоговое занятие | ДДТ | групповая оценка работ |

**Содержание программы 2 года обучения**

**1 Вводное занятие.**Cодержание программы, расписание занятий. Техника безопасности на занятиях

**2 Закуски.**Виды закусок.

*Практическая работа.*Винегрет (с зеленым горошком).Запись рецептов. Салат из овощей с морской капустой. Салат из вареных овощей с зеленым горошком. Проектная деятельность: «Этот вкусный бутерброд»

**3 Блюда из круп, яиц и молока.**Виды круп. Способы приготовления.

*Практическая работа*Кукурузная каша на молоке. Каша «Дружба». Омлет с колбасой. Плов с морковью, курагой и изюмом. Пудинг рисовый. Кисель.

**4 Изделия из теста.**Виды теста. Способы приготовления.

*Практическая работа:* Блины с овощной начинкой. Печенье домашнее. Домашний пирог с повидлом. Вафли со сгущенкой.

**5 Консервирование овощей**Способы консервирования овощей и фруктов, ягод. Замораживание овощей (свекла, морковь, перец).

*Практическая работа.* Заготовка впрок овощей и их хранение. Заправка для борща. Лечо. Мусс из замороженных ягод. Запись рецептов.

**6 Первые блюда.** Виды супов.

*Практическая работа*Овощное рагу. Рассольник.Суп картофельный с бобовыми. Суп картофельный с клецками на курином бульоне. Щи с квашенной капустой на мясном бульоне. Борщ.

**7. Вторые блюда**Способы приготовления вторых блюд.

*Практическая работа:* Капуста тушенная с мясом. Тефтели. Котлеты. Пюре картофельное с подливом и колбасой. Пельмени домашние. Блюда национальной кухни.

**8 Проект.**Этапы выполнения проекта

*Практическая работа:*Изготовления изделия.

**2-ой год обучения**

**Ожидаемые результаты второго года обучения**

**Обучающиеся получат знания о:**

- значении питания;

- правилах безопасной работы режущими инструментами;

- правилах сервировки стола;

- правилах мытья посуды и уборки помещения;

- способах выбора доброкачественных продуктов;

- способах хранения продуктов и готовой пищи;

- правилах составления рецепта блюда;

- значении первых, вторых блюд;

- правилах безопасности при использовании механических и электробытовых

приборов при приготовлении пищи;

- способах приготовления изделий из теста;

- названиях и рецептах национальных блюд;

**Обучающиеся приобретут умения:**

- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;

- строго соблюдать правила безопасности работы с режущими ;

Инструментами;

- составить рецепт блюда;

- вымыть, вычистить посуду;

- пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой,

теркой, миксером;

- приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов;

- приготовить пресное тесто и изделие из него;

- нашинковать морковь, петрушку, укроп;

- приготовить одно национальное блюдо.

**Учебно-тематический план на 3 –год обучения .**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование темы занятия** | **Количество**  **часов** | | | **Форма аттестации контроля** |
| **всего** | **теорет** | **практ** |
| 1 | Вводное занятие. Тестирование. | 2 | 1 | 1 | беседа |
| 2 | Правила безопасности труда на занятиях. | 2 | 1 | 1 | беседа и практ |
| **3** | **Консервирование овощей**  Заготовка впрок овощей и их хранение. Теория. | 10 | 2 | 8 | беседа и практ |
| 4 | Заготовка впрок овощей и их хранение. Овощехранилище. | 10 | 2 | 8 | беседа и практ |
| 5 | Консервирование овощей. Теоретический материал. | 10 | 2 | 8 | беседа и практ |
| 6 | Замораживание овощей (свекла, морковь, перец). | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 7 | Заправка для борща. | 10 | 4 | 6 | беседа и практ |
| 8 | Лечо. | 10 | 2 | 8 | беседа и практ |
| 9 | Мусс из замороженных ягод. Запись рецептов. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| **10** | **Первые блюда**  Овощное рагу. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 11 | Рассольник. Подведение итогов первой четверти. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 12 | Суп картофельный с бобовыми. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 13 | Суп картофельный с клецками на курином бульоне. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 14 | Щи с квашенной капустой на мясном бульоне. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 15 | Борщ. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| **16** | **Вторые блюда**  Капуста тушенная с мясом. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 17 | Тефтели. | 4 | 2 | 2 | беседа и практ |
| 18 | Котлеты. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 19 | Пюре картофельное с подливом и колбасой. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 20 | Пельмени домашние. | 10 | 2 | 8 | беседа и практ |
| **21** | **Закуски**  Винегрет (с зеленым горошком).  Запись рецептов. | 8 | 2 | 6 | беседа и практ |
| 22 | Салат из овощей с морской капустой. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 23 | Салат из вареных овощей с зеленым горошком. | 4 | 2 | 2 | беседа и практ |
| **24** | **Блюда из круп, яиц и молока**  Кукурузная каша на молоке. | 10 | 2 | 8 | беседа и практ |
| 25 | Каша «Дружба». | 4 | 2 | 2 | беседа и практ |
| 26 | Омлет с колбасой. Запись рецептов. | 2 | 1 | 1 | беседа и практ |
| 27 | Плов с морковью, курагой и изюмом. | 4 | 2 | 2 | беседа и практ |
| 28 | Пудинг рисовый. | 4 | 2 | 2 | беседа и практ |
| 29 | Кисель. | 2 | 1 | 1 | беседа и практ |
| **30** | **Изделия из теста.**  Блины с овощной начинкой. | 4 | 2 | 2 | беседа и практ |
| 31 | Печенье домашнее. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 32 | Домашний пирог с повидлом. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 33 | Вафли со сгущенкой. | 6 | 2 | 4 | беседа и практ |
| 34 | Подведение итогов за год. Тестирование. Награждение. Чаепитие. | 2 | 1 | 1 | беседа и практ |
|  | Итого | 216 | 65 | 151 |  |

**Календарный учебный график 3-го года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Число | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | **Сентябрь** | 4 | 15.00-17.00 | Учебное занятие | 2 | Вводное занятие. Тестирование. | ДДТ | беседа |
| 2 | 5 | 15.00-17.00 | учебное занятие | 2 | Правила безопасности труда на занятиях. | ДДТ | беседа и практ |
| 3 | 8  11  12  15  18 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | **Консервирование овощей** Заготовка впрок овощей и их хранение. Теория. | ДДТ | беседа и практ |
| 4 | 19  22  25  26   29 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Заготовка впрок овощей и их хранение. Овощехранилище. | ДДТ | Беседа и практ |
| 5 | **О к т я б р ь**  **октябрь**  **ноябрь** | 2  3  6  9  10 | 15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Консервирование овощей. Теоретический материал. | ДДТ | Беседа и практ |
| 6 | 13  16  17  20 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Замораживание овощей (свекла, морковь, перец). | ДДТ | Беседа и практ |
| 7 | 23  24  27  30  31 | 15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Заправка для борща. | ДДТ | Беседа и практ |
| 8 | **Ноябрь**  **Ноябрь Н о я б р ь** | 3  6  7  10  13 | 13.00-15.00 15.00-17.00 15.00-17.00 13.00-15.00 15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2  2 | Лечо. | ДДТ | беседа и практ |
| 9 | 14  17  20 | 15.00-17.00 13.00-15.00 15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Мусс из замороженных ягод. Запись рецептов. | ДДТ | Беседа и практ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 |  | 21  24  27 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2 | **Первые блюда**  Овощное рагу. |  |  |
| 11 |  | 28 | 15.00-17.00 | учебное занятие | 2 | Рассольник. Подведение итогов первой четверти. | ДДТ | Беседа и практ |
| **декабрь** | 1  4  5 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Рассольник. Подведение итогов первой четверти. | ДДТ | Беседа и практ |
| 12 | 8  11  12  15 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Суп картофельный с бобовыми. | ДДТ | Беседа и практ |
| 13 | 18  19  22  25 | 15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Суп картофельный с клецками на курином бульоне. | ДДТ | Беседа и практ |
| 14 | 26  29 | 15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2 | Щи с квашенной капустой на мясном бульоне. | ДДТ | Беседа и практ |
| **Я н в а р ь** | 12 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Щи с квашенной капустой на мясном бульоне. | ДДТ | беседа и практ |
| 15 | 15  16  19 22 | 15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Борщ. | ДДТ | беседа и практ |
| 16 | 23  26  29  30 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2   2  2  2 | **Вторые блюда**  Капуста тушенная с мясом. | ДДТ | беседа и практ |
| 17 |  |
|  | 2  5 | 13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | Тефтели. | ДДТ | беседа и практ |
| 18 | 6  9  12 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Котлеты. | ДДТ | беседа и практ |
| 19 | **Ф е в р а л ь** | 13  16  19  20 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | Пюре картофельное с подливом и колбасой. | ДДТ | беседа и практ |
| 20 | 26  27  28 | 15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Пельмени домашние. | ДДТ | беседа и практ |
| 21 | **М а р т**  **М а р т**  **А**  **Р**  **т** | 2  5 | 13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | Пельмени домашние. | ДДТ | беседа и практ |
| 22 | 6  9  12  13 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2  2 | **Закуски**  Винегрет (с зеленым горошком).  Запись рецептов. | ДДТ | беседа и практ |
| 23 | 16  19  20 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2  2 | Салат из овощей с морской капустой. | ДДТ | беседа и практ |
| 24 | 23  26 | 13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | Салат из вареных овощей с зеленым горошком. |  | беседа и практ |
| 25 | 27  30 | 15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2   2 | **Блюда из круп, яиц и молока**  Кукурузная каша на молоке. | ДДТ | беседа и практ |
| **А п р е л ь** | 2  3  6 | 15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2  2 | **Блюда из круп, яиц и молока**  Кукурузная каша на молоке. | ДДТ | беседа и практ |
| 26 | 9  10 | 15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | Каша «Дружба». | ДДТ | беседа и практ |
| 27 | 13 | 13.00-15.00 | учебное занятие | 2 | Омлет с колбасой. Запись рецептов. | ДДТ | беседа и практ |
| 28 | 16  17 | 15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | Плов с морковью, курагой и изюмом. | ДДТ | беседа и практ |
| 29 | 20  23 | 13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | Пудинг рисовый. | ДДТ |  |
| 30 | 24 | 15.00-17.00 | учебное занятие | 2 | Кисель. | ДДТ |  |
| 31 | 27  30 | 13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2 | **Изделия из теста.**  Блины с овощной начинкой. | ДДТ | беседа и практ |
| 32 | **М а й** | 1  4  7 | 15.00-17.00  13.00-15.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2  2   2 | Печенье домашнее. | ДДТ | беседа и практ |
|  | 11  14  15 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00 | учебное занятие | 2   2  2 | Домашний пирог с повидлом. | ДДТ | беседа и практ |
| 33 | 18  21  22  25 | 13.00-15.00  15.00-17.00  15.00-17.00  13.00-15.00 | учебное занятие | 2  2   2   2 | Вафли со сгущенкой. | ДДТ | беседа и практ |
| 34 | 28 | 15.00-17.00 | учебное занятие | 2 | Подведение итогов за год. Тестирование. Чаепитие. | ДДТ | Кулинарный поединок |

**Содержание программы на 3 год обучения.**

**1.Консервирование овощей**

Роль запасов в экономном ведении домашнего хозяйства. Способы приготовления домашних запасов. Способы хранения запасов из свежих овощей и фруктов. Упаковочный материал для хранения запасов. Правила закладки продуктов на хранение. Сушка ягод и фруктов Условия сушки. Замораживание овощей и фруктов. Условия замораживания.   
**2.Первыеблюда**Первые блюда. Значение первых блюд в питании. Классификация супов по способу приготовления. Использование отваров (овощных, крупяных) для приготовления супов.

**3.Вторые**  **блюда**

Мясные блюда. Виды мяса, питательная ценность, хранение и обработка мяса. Изделия из рубленого мяса (котлеты, тефтели). Значение и место мясных блюд в питании. Понятие о пищевой ценности мяса. Доброкачественность мяса (по цвету, по запаху ...). Санитарные условия первичной обработки мяса. Правила оттаивания мороженого мяса. Способы разделки мяса. Принципы подбора гарнира к мясным блюм. Оформление вторых блюд из мяса.

**4.Закуски**

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 овощей. Виды салатов. Технология приготовления салатов из свежих овощей. Заправка овощных салатов. Оформление салатов. Подача к столу.

**5.Блюда из круп, яиц и молока**

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.

Значение яиц в питании человека Использование яиц в кулинарии. Способы определения свежести яиц. Хранение яиц. Технология приготовления омлета.

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.

**6. Сладкие блюда**

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). 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.

**7.Изделия из теста**

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

**Ожидаемые результаты**

**Обучающиеся получат знания о:**

- значении питания;

- правилах безопасной работы режущими инструментами;

- правилах сервировки стола;

- правилах мытья посуды и уборки помещения;

- способах выбора доброкачественных продуктов;

- способах хранения продуктов и готовой пищи;

- правилах составления рецепта блюда;

- значении первых, вторых блюд;

- правилах безопасности при использовании механических и электробытовых

приборов при приготовлении пищи;

- способах приготовления изделий из теста;

- названиях и рецептах 1 – 2 национальных блюд;

**Обучающиеся приобретут умения:**

- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;

- строго соблюдать правила безопасности работы с режущими ;

Инструментами;

- составить рецепт блюда;

- вымыть, вычистить посуду;

- пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой,

теркой, миксером;

- приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов;

- приготовить пресное тесто и изделие из него;

- нашинковать морковь, петрушку, укроп;

- приготовить одно национальное блюдо.

**Методическое обеспечение**

Работа объединения связана с пользованием нагревательных приборов (электрических плит), режущих инструментов, с варкой, жарением и выпечкой продуктов. Это обязывает педагога особое внимание обращать на правила безопасности труда. На первом же занятии, знакомя ребят с помещением, его оборудованием инструктирует, как нужно обращаться с нагревательными приборами и режущими инструментами. На последующих занятиях он напоминает правила безопасности работы, которые необходимо соблюдать в данный момент. Плакаты с правилами гигиены и безопасности труда рекомендуется вывесить на видном месте в учебной кухне.

Дети приносят продукты, из дома. Готовить блюда желательно из расчета одна порция на каждого занимающегося. Это дает возможность снимать пробу (дегустировать), сервировать стол и одновременно закреплять на практике правила поведения за столом. В крайнем случае одну порцию готовит бригада или вся группа. Нормы продуктов указаны в инструкционных картах приготовления блюд.

Обязательное условие занятий - соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пиши - наличие спецодежды: фартука и косынки для девочек, фартука и колпака для мальчиков, а также сменной обуви. Педагог должен строго следить за соблюдением обучающимися правил гигиены. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Продукты питания для занятия приобретать чисто-экологические, при покупке обращая внимания на маркировку, не имеет ли данный продукт красителей, добавок, на дату выхода продукта. В основном использовать продукты, выращенные на сельских грядках самими учащимися, на экологической почве без добавления вредных для здоровья человека примесей, добавок.

Кроме того, товары имеют этикетки и ярлыки - средства маркировки, содержащие следующую информацию: наименование изделия, его описание, название и адрес изготовителя и др. Обучающимся можно показать коробку, обклеенную чистой бумагой, и спросить их: купите ли вы товар в такой упаковке, увидев его на полке магазина? Что такое упаковка и для чего она нужна? Они приходят к выводу, что упаковка предназначена для хранения, защиты и транспортировки товара. Информация на упаковке нужна для того, чтобы правильно пользоваться товаром и чтобы из нескольких товаров одного наименования выбрать именно тот, который нужен. Всю информацию на упаковке разместить невозможно, поэтому на помощь приходят символы. Каждый символ дает определенную информацию о товаре. Первая группа символов указывает на экологическую безопасность товара, вторая подтверждает соответствие стандартам качества и безопасности, третья рассказывает о составе продукта или материала, четвертая информирует о правилах пользования товаром. На упаковках продуктов питания обязательно указывается срок годности.

Особое внимание следует обращать на информацию, содержащуюся на упаковке продовольственных товаров, особенно импортных. На упаковке большинства продуктов питания стоят трех- и четырехзначные коды. Они означают разрешенные к применению пищевые добавки. Коды используются только в сочетании с названиями технологических функций пищевых добавок.

Применение пищевых добавок – это часть современной технологии производства продуктов питания. В основном они применяются для того, чтобы улучшить питательные свойства продукта, обеспечить его лучшую сохранность и улучшить внешний вид.

Пищевых добавок, запрещенных к применению в пищевой промышленности РФ, всего три: Е 121 – Цитрусовый красный – краситель; Е 123 – Амарант – краситель; Е 240 – Формальдегид – консервант.

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

**Методические разработки и исследовательские работы:**

* «Меню и сервировка праздничного стола»
* «Бутерброд»
* «Сервировка стола к завтраку»

**Дидактический материал:**

* Сервировка стола к завтраку
* Сервировка стола к обеду
* Сервировка стола к ужину

**Дидактические игры:**

* «Четвертый лишний»
* «Найди ошибку»
* «Волшебный мешочек»
* «Цепочка»
* «Чего не стало»
* «Посмотри и запомни»
* «Что изменилось»
* «Найди ошибки Буратино»
* «Наведи порядок»

**Демонстрационный дидактический материал:**

* **«**Продукты»

**Демонстрационные упаковки от продуктов:**

* Чая
* Кофе
* Молока
* Сахара-рафинада
* Сока
* Пельменей
* Соли
* Различных каш
* Шоколада
* Хлеба

**Технологические карты:**

* Борщ
* Картофельное пюре
* Каша гречневая на молоке
* Отварные макароны
* Домашние пельмени
* Песочное печенье
* Рисовая запеканка
* Винегрет
* Рассольник
* Мусс из замороженных овощей

**Плакаты:**

* Правила безопасности труда
* Санитарно-гиенические требования
* Правила ухода за посудой
* Полезные советы: «Работа с пищевыми продуктами»

**Коллекции:**

* Муляжи плодов и овощей.

**Презентации:**

* «Картофельное пюре»
* «Меню и сервировка праздничного стола»
* «Бутерброд»

**Список использованной литературы**

1. В. Д. Симоненко, Технология. Обслуживающий труд, М,2009 г.
2. Национальные кухни наших народов.-М.:Центрполиграф,1997
3. Национальная и зарубежная кухня. Похлебкин В.В
4. Из истории русской кулинарной культуры. –М.: Центрполиграф, 1996
5. Здоровое питание. Жукова В. Н.
6. Тайны кулинарии Вишняченко Т. Н.
7. Выпечка домашнего приготовления. Велхина Н. Н.
8. Т. Воробьева, Блюда из мяса и птицы, Москва, Издательство Эксмо, 2004
9. Головков А. Кухня без секретов, Москва, 1991

**Для обучающихся**

1. -Ж.Щедрый стол.-№1-2011
2. -Ж.Щедрый стол.-№2-2011
3. - Ж.Чудо-поварешка.-№2-2011
4. –Ж.Чудо-поварешка.-№3-2011
5. –Ж.Чудо-поварешка.-№11-2011
6. --Ж.Чудо-поварешка.-№23-2011
7. –Ж.Чудо-поварешка.-№24-2011
8. --Н.Н.Бондарева, Ю.Л.Юдохина, Учебно-методическое пособие, Мастерилка,

«Веселый бутерброд»,2008