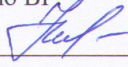



Министерство образования и науки Республики Бурятия  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Бурятия  
«Республиканский межотраслевой техникум»

РАССМОТРЕНО: на заседании МС «15» <u>сентября</u> 2024г	СОГЛАСОВАНО: Зам.директора по ВР: Кислякова Л.Л.  от «15» <u>сентября</u> 2024г.	УТВЕРЖДЕНО: Директор ГАПОУ РБ «РМТ» Сибиряков Ю.П.  «15» <u>сентября</u> 2024г.
---	--	---



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КРУЖКА  
«ЮНЫЙ КУЛИНАР»**

Возрастной состав учащихся: 12-18 лет

Срок реализации: – 1 год

Режим работы: 2 часа в неделю

Разработчик программы: Павлова. А.В.

с. Новоильинск. 2024

## ПРОГРАММА КРУЖКА «ЮНЫЙ КУЛИНАР»

**Актуальность программы «Кулинария»** в том, что обучение детей и подростков 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.

**Цель программы:** создание условий для использования труда, как эффективного средства социализации и индивидуализации личности ребёнка.

### **Задачи:**

- Ознакомление учащихся с культурными традициями разных народов, формирование у детей основ целостной эстетической культуры и толерантности через познание кулинарных изделий и народных традиций;
- Привитие навыков нравственного поведения, этики в ближайшем (семейном) окружении;
- Дать учащимся знания о рациональном питании, сформировать умения по приготовлению здоровой пищи, воспитать вкус к здоровой пище;
- Пробудить интерес к кулинарному искусству у детей;
- Развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- Развить эстетическое восприятие и творческое воображение

### **Общая характеристика.**

Программа рассчитана на 68 часов учебного времени, предполагает сочетание теоретических практических знаний – практическим занятиям отводиться 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 2 часа в неделю.

Каждый блок программы предусматривает обязательное включение следующих вопросов:

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

Программой не устанавливается строгий перечень объектов трудовой деятельности, что позволяет в зависимости от возможностей учителя и учащихся, специфики работы руководителя использовать вариативность, при условии, что учащиеся должны овладеть определенным объемом знаний и умений.

### **Возраст детей, участвующих в реализации программы.**

Программа ориентирована на воспитанников с 12 – 18 лет. 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.

### **Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

В настоящей программе отдается предпочтение следующим методам и формам обучения:

**Объяснительно - иллюстративный** – позволяет стимулировать учащихся 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 - ресурсы
- книги о вкусной и здоровой пище
- журналы о кулинарии

### **Материально-техническое оснащение**

Для реализации данной программы необходим большой светлый кабинет. 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, мясорубку, набор столовой мебели (столы кухонные); шкафы для посуды; доски деревянные разделочные; сушилки для тарелок; посуду: кастрюли, сковороды, тарелки, ложки, набор чайной посуды, ведро эмалированное, чайники заварные, набор ножей, столовый сервиз, чайник; косынки, фартуки; моющие средства.

Программа ориентирована на 68 часовую годичный курс обучения учащихся 12-18 лет. Дети данного возраста успешно и с интересом занимаются кулинарией на уроках технологии. Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогают им в повседневной жизни. Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

Главный показатель реализации программы - личностный рост каждого ученика, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Критерием уровня эффективности программы является усвоение образовательной части, повышение интеллектуального уровня, воспитанности и готовность к самостоятельной жизни в плане организации своего быта.

### **Ожидаемые результаты**

По окончании обучения обучающиеся смогут не только закрепить свои знания в области кулинарии, сервировки стола и оформления готовых блюд, но и смогут приготовить вполне конкурентоспособную продукцию, что, несомненно, явится стимулом к самоусовершенствованию и дальнейшим поискам новых кулинарных и творческих решений.

Наиболее важным результатом занятий кружка должно стать осознание себя каждым кружковцем как уникальной личности, имеющей право на свободный выбор, на ошибку, на уважение и понимание его творческих наклонностей, его устремлений, а также наличие при коллективном сотворчестве благоприятной среды для самоутверждения, самовыражения и самосовершенствования.

Занятие конкретным делом, творчеством поможет обучающимся чувствовать себя увереннее в жизни.

**Содержание рабочей программы**

<b>Наименование темы</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Содержание</b>	<b>Кол-во занятий</b>
Вводное занятие	Беседа	Правила безопасности кулинарных работ. Правила санитарии и гигиены.	1
История возникновения кулинарии.	Беседа	<b>Теория:</b> Этапы развития кулинарии в России. Традиционные кухни народов России. Правила этикета.	1
Сервировка стола.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие.	<b>Теория:</b> Правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Назначение столовых приборов. <b>Практика:</b> Сервировка стола.	1
Бутерброды.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация.	<b>Теория:</b> Правила хранения продуктов, сроки годности. Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов. <b>Практика:</b> изготовление открытых, закрытых и горячих бутербродов. Сервировка стола к чаю	1
Витамины. Овощные салаты.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> виды овощей. Влияние овощей на организм человека. Первичная и тепловая обработка овощей. <b>Практика:</b> салаты из моркови, капусты, картофель отварной, жаренный, картофельное пюре.	2
Основы рационального питания.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> Рациональное питание. Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок. Составление меню на день. <b>Практика:</b> Составление схем приготовления различных блюд. Пшенная каша с тыквой.	1
Способы обработки пищевых продуктов.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> Характеристика способов обработки пищевых продуктов. Преимущества приготовления пищи на пару. <b>Практика:</b> Составление инструкционных карт по приготовлению варёных, тушеных и паровых блюд. Приготовление паровых блюд: суфле морковно-яблочное, яичный омлет.	1
Заготовка продуктов в прок.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> Сахар и соль, потребность в них организма, нормы потребления. Заготовка продуктов впрок. Способы консервирования. Условия сохранения скоропортящихся продуктов. Способы обработки продуктов с	1

		<p>целью сохранения витаминов.</p> <p><b>Практика:</b> заготовка продуктов впрок: квашение капусты, компот из яблок.</p>	
Холодные закуски.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> Разнообразие вариантов приготовления закусок.</p> <p><b>Практика:</b> правильная нарезка колбасы, твердого сыра, приготовление закуски.</p>	1
Блюда из мяса.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> виды мясных продуктов. Виды из полуфабрикатов из рубленного мяса.</p> <p><b>Практика:</b> изготовление котлет, запекание мяса в духовке.</p>	1
Молоко и молочные продукты.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи.</p> <p><b>Практика:</b> Приготовление молочной лапши.</p>	1
Растительные продукты питания.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> Растительные продукты питания и их использование в профилактике и лечении болезней. Возникновение и предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным употреблением растительных продуктов питания.</p> <p><b>Практика:</b> Приготовление блюд из пищевых растений : картофельные оладьи, капустные котлеты.</p>	2
Блюда из яиц.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> Значение яиц в питании человека. Яйцо, его пищевая ценность и применение в кулинарии.</p> <p><b>Практика:</b> Приготовление блюд из яйца: яйцо в мешочек, омлет с зелёным луком.</p>	1
Что такое меню?	<p>Инструктаж. Практическое занятие.</p>	<p><b>Теория:</b> расчет продуктов на день, разработка меню.</p> <p><b>Практика:</b> составление меню на день, праздничного меню.</p>	1
Первые блюда.	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> виды супов, последовательность закладки продуктов в суп</p> <p><b>Практика:</b> приготовление куриного бульона, борщ, гороховый суп.</p>	2
Вторые блюда	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое</p>	<p><b>Теория:</b> виды круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека</p> <p><b>Практика:</b> приготовление гречневой каша с</p>	3

	занятие. Дегустация	мясом, макароны с сыром.	
Третьи блюда.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> знакомство с видами третьих блюд: мороженым, пирожным, муссом, жиле. <b>Практика:</b> приготовление кондитерских колбасок.	1
Секреты вкусной выпечки.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> Историческая справка. Особенности приготовления теста. <b>Практика:</b> приготовление сдобного дрожжевого теста, выпечка булочек.	1
Различные мучные блюда	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного и дрожжевого теста. <b>Практика:</b> выпечка блинов, оладий, «хвороста», вафельных трубочек, пирожков.	6
История чая.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> история появления чая, сорта, состав. <b>Практика:</b> приготовление цветочного чая.	1
История русской кухни.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> Изучение особенностей приготовления пищи. Исторические сведения о национальной русской кухне. <b>Практика:</b> Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Приготовление пельменей, вареников, картофель с луком.	4
Открытое занятие	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	<b>Практика:</b> приготовление блюда русской кухни, демонстрация навыков по сервировке стола.	1
Итоговое занятие		<b>Теория:</b> закрепление пройденного, оформление рецептов. <b>Практика:</b> заключительное чаепитие.	1

#### Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. План и задачи кружка. Правила поведения в кружке. Организация рабочего места, инвентарь.	2	2	-

	Значение питания в жизни человека. Соблюдение санитарно-гигиенических требований к приготовлению пищи Правила Техники Безопасности при работе с механическими приспособлениями и электрооборудованием.			
2	История возникновения кулинарии В гостях у этикета.	2	2	-
3.	Сервировка стола. Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Назначение столовых приборов.	2	1	1
4 .	Разновидности бутербродов.	2	1	1
5.	Витамины. Овощные салаты. Блюда из овощей.	4	1	3
6.	Основы рационального питания	2	1	1
7.	Способы обработки пищевых продуктов	2	1	1
8.	Соль и сахар. Заготовка продуктов в прок.	2	1	1
9.	Холодные закуски.	2	1	1
10.	Животные продукты питания.	2	1	1
11.	Молоко и молочные продукты	2	0.5	1.5
12.	Растительные продукты питания. Виды круп.	4	1	3
13.	Блюда из яиц	2	0.5	1.5
14.	Что такое меню. Составление меню.	2	1	1
15.	Первые блюда	4	1	3
16.	Вторые блюда	4	1	3
17.	Третьи блюда	2	1	1
18.	Секреты вкусной выпечки.	2	2	-
19.	Мучные блюда. Дрожжевое и без дрожжевое тесто.	10	2	8
20.	История чая	2	1	1
21.	История русской кухни. Приготовление блюд русской кухни	8	1	7
22.	Открытое занятие кружка	2	-	2
23.	Итоговое занятие	2	-	2
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>23</b>	<b>45</b>

### 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 руководителя входит не столько помочь ребенку в приготовлении пищи, сколько создать условия, при которых он будет хотеть создать свой неповторимый рецепт. 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 возраст обучающихся, 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.

-----

-----