

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Образовательная программа «Поваренок» направлена на приобщение ребенка к миру общечеловеческих ценностей, на формирование у подрастающего поколения интереса к различным профессиям, к истории народного кулинарного творчества, культуры здоровья, охраны жизнедеятельности.

*По функциональному назначению* - учебно-познавательная, по форме реализации - кружковая, по времени реализации - одногодичная.

*Новизна* программы состоит в том, что дополнительно к кулинарным темам изучаются темы здорового образа жизни и культуры поведения в обществе.

*Актуальность* программы состоит в том, что для детей создаются условия для развития и повышается мотивация к познанию и творчеству, создаются условия для социального, культурного и профессионального самовыражения, творческой самореализации.

*Оригинальность* программы определяется выбором тем, их построением, методическими формами и приемами

Педагогическая целенаправленность программы состоит в том, что

*программа способствует:*

* развитию представлений о способах сохранения и укрепления здоровья, его охраны;
* выработке представлений об основных нормах и правилах здоровье сберегающего 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.

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

Обучающие:

- 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;

- обучить различным техникам кулинарного искусства;

- дать представление о русском народном творчестве кулинарии;

- освоить технологию определения признаков доброкачественности;

- формирование основ культуры питания и здорового образа жизни обучающихся.

Развивающие:

- развивать интерес к кулинарному искусству;

- привитие общетрудовых навыков и умений работы с бытовой техникой;

- развитие творческих способностей учащихся;

- развивать коммуникативные навыки детей;

- развивать навыки экономного ведения домашнего хозяйства.

Воспитательные:

- формирование общей культуры личности;

- формирование профессионального видения прекрасного в кулинарном творчестве;

- воспитание трудолюбия¸ \*\*потребности в труде, уважения к людям труда.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие *формы обучения:*

- групповая, индивидуальная (возможна индивидуальная работа с одаренными детьми)

На занятиях используются различные методы обучения:

- словесные, наглядные, практические.

Каждые занятия включают теоретическую и практическую часть. Теоретические сведения – это объяснение нового материала в форме беседы.

Практическая часть – изготовление блюд и их оформление (отводится большая часть времени).

Соответствие уровня развития учащихся 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 учащихся  и развития личностных качеств. Критерии оценки уровня освоения программных требований работы по пяти показателям: *знания и умения, мотивация познания, творческая активность, эмоциональная настроенность, достижения.*

*Уровень освоения программы:*

*Ознакомительный*– удовлетворение познавательных интересов детей, расширение информированности в данной образовательной области, формирование интереса в области технологии приготовления пищи, обогащение опыта общения, приобретение первоначальных умений и навыков, основ здорового образа жизни.

*Условия реализации образовательной программы.*

Программа предназначена для детей в возрасте от 10 до 18 лет.

Срок реализации программы ***- 1 год***

Набор в кружок осуществляется на свободной основе, по желанию детей знакомить учащихся  с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре;

*Режим занятий:*

1 год обучения – 1 раз в неделю (2 часа в неделю, 68 часов в год);

Программа может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материальной базы, возрастных особенностей обучающихся, их способностей усваивать материал.

*Форма организации занятий:*

Занятия проводятся в группе из 10-15 человек.

*Формы учебной работы, методы и средства обучения.*

Организация и проведение учебного процесса строится с учетом индивидуальных способностей обучающихся. В ходе усвоения программы учитываются темп развития специальных умений и навыков.

*Типы занятий:*теоретические, практические, исполнительские, творческие.

Тематика занятий строится с учетом интересов обучающихся, возможности их самовыражения. Теория закрепляется одновременно на практике.

*Уровни организации образования:*

1. Начальный – пробуждение интереса, закрепление интереса к теме, радость от результата деятельности.

2. Репродуктивный – умение профессионально повторить изученный материал

3. Креативный (творческий).

Длительность занятий определяется особенностью работы – приготовление пищи, двух часовые занятия не утомляют ребят, т.к. в течение этого времени меняются виды работы.

**Учебно – тематический план обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование тем** | **Количество часов** | | **Всего** |
| **Теор** | **Прак** |  |
|  | Введение. | 2 | - | 2 |
|  | Правила этикета и поведения за столом. | 1 | 2 | 3 |
| 3. | Сервировка стола | 1 | 2 | 3 |
| 4. | Питание подростка | 1 | 1 | 2 |
| 5. | Овощи в нашем питании | 1 | 1 | 2 |
| 6. | Салаты | 1 | 4 | 5 |
| 7. | Бутерброды | 1 | 4 | 5 |
| 8. | Первые блюда | 1 | 2 | 3 |
| 9. | Вторые блюда | 1 | 2 | 3 |
| 10. | Третьи блюда и десерты | 1 | 2 | 3 |
| 11. | Изделия из теста | 1 | 2 | 3 |
| 12. | Открытый урок | - | 1 | 1 |
|  | **Итого** | 12 | 23 | 35 |

**Календарно– тематический план обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата проведения занятия** | **№**  **п/п** | **Наименование тем** | **Количество часов** | | **Всего** |
| **Т** | **П** |
|  | **1** | **Введение.** | **2** | **-** | **2** |
| 06.09 | 1 | Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования, знакомство с кулинарным делом. Кулинарные принадлежности. | 1 |  |  |
| 13.09 | 2 | Знание о блюдах, правильное хранение продуктов. Об экологической ситуации в поселке, а также об использовании искусственных добавок в продуктах. | 1 |  |  |
|  | **2** | **Правила этикета и поведение за столом.** | **1** | **2** | **3** |
| 20.09 | 3 | История возникновения этикета за столом.  Правила на каждый день. Русские народные традиции этикета. | 1 |  |  |
| 27.09 | 4 | Гостевой этикет. Деловая игра «Прием гостей» |  | 1 |  |
| 04.10 | 5 | Правила пользования столовыми приборами. ПР: «Как правильно есть сладкие блюда» |  | 1 |  |
|  | **3** | **Сервировка стола** | **1** | **2** | **3** |
| 11.10 | 6 | Общие  правила сервировки | 1 |  |  |
| 18.10 | 7 | Практическое занятие «Сервировка чайного стола» |  | 1 |  |
| 5.10 | 8 | Пр.: Сервировка праздничного стола |  | 1 |  |
|  | **4** | **Питание подростка** | **1** | **1** | **2** |
| 08.11 | 9 | Знание о важности режима питания. Сбалансированное питание | 1 |  |  |
| 15.11 | 10 | Практическое занятие «Составление меню одного дня включая завтрак, обед, полдник, ужин» |  | 1 |  |
|  | **5** | **Овощи в нашем питании** | **1** | **1** | **2** |
| 22.11 | 11 | Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли). Деловая игра «Правильное хранение овощей» | 1 |  |  |
| 29.11 | 12 | Практическое занятие «Способы консервирования овощей» |  | 1 |  |
|  | **6** | **Салаты** | **1** | **4** | **5** |
| 06.12 | 13 | Основные принципы приготовления салатов. Разнообразие и виды салатов. Посуда для подачи салатов. | 1 |  |  |
| 13.12 | 14 | Практическое занятие « Приготовление и оформление  овощных салатов» |  | 1 |  |
| 20.12 | 15 | Практическое занятие «Приготовление и оформление фруктовых салатов» |  | 1 |  |
| 27.12 | 16 | Практическое занятие «Приготовление и оформление мясных салатов» |  | 1 |  |
| 17.01 | 17 | Практическое занятие «Приготовление и оформление салатов для детей» |  | 1 |  |
|  | **7** | **Бутерброды** | **1** | **4** | **5** |
| 24.01 | 18 | История возникновения бутерброда. Виды бутербродов. Варианты оформления. | 1 |  |  |
| 31.01 | 19 | Практическое занятие «Приготовление и оформление открытых бутербродов» |  | 1 |  |
| 07.02 | 20 | Практическое занятие «Приготовление и оформление закрытых бутербродов» |  | 1 |  |
| 14.02 | 21 | Практическое занятие «Приготовление и оформление закусочных бутербродов» |  | 1 |  |
| 21.02 | 22 | Конкурс на лучший составленный рецепт бутерброда. |  | 1 |  |
|  | **8** | **Первые блюда** | **1** | **2** | **3** |
| 28.02 | 23 | Технология приготовления супов. Горячие и холодные супы. | 1 |  |  |
| 07.03 | 24 | Пр.:Сервировка стола к обеду. «Подбор рецептов супов» |  | 1 |  |
| 14.03 | 25 | Практическое занятие «Приготовление заправочных супов» |  | 1 |  |
|  | **9** | **Вторые блюда** | **1** | **2** | **3** |
| 21.03 | 26 | Способы приготовления вторых блюд, их разнообразие. Оформление и правила подачи вторых блюд. | 1 |  |  |
| 04.04 | 27 | Пр.:Технология приготовления мясных вторых блюд. «Приготовление блюд из мяса» |  | 1 |  |
| 11.04 | 28 | Технология приготовления национальных вторых блюд. «Приготовление блюд русской национальной кухни» |  | 1 |  |
|  | **10** | **Третьи блюда и десерты** | **1** | **2** | **3** |
| 18.04 | 29 | Горячие и холодные десерты. История возникновения десертов. Оформление и подача десертов. | 1 |  |  |
| 25.04 | 30 | Практическое занятие «Приготовление и подача какао» |  | 1 |  |
| 02.05 | 31 | Практическое занятие «Приготовление и подача коктейлей» |  | 1 |  |
|  | **11** | **Изделия из теста** | **1** | **2** | **3** |
| 16.05 | 32 | История возникновения изделий из теста. Национальные традиции приготовление различных видов изделий из теста. | 1 |  |  |
| 23.05 | 33 | Технология приготовления песочного теста и изделий из него. «Приготовление песочного печенья» |  | 1 |  |
| 27.05 | 34 | Технология приготовления бисквитного теста. «Приготовление бисквитного пирога» |  | 1 |  |
|  | **12** | **Открытый урок** |  | **1** | **1** |
| 30.05 | 35 | Конкурс кулинарного мастерства. |  | 1 |  |
|  |  | **Итого** | **12** | **23** | **35** |

**К концу обучения**

***Учащиеся  имеют представление:***

* о технологии приготовления блюд;
* о сроках и условиях хранения блюд и кулинарных изделиях;
* о признаках и методах определения доброкачественности продуктов;
* элементы культуры и традиции русской кухни;
* рациональную организацию труда на своем рабочем месте;
* иметь представление о способах получения информации о вопросах кулинарии.

***Учащиеся  знают:***

* рецептуру технологии приготовления, требования к качеству, сроки и условия хранения блюд и кулинарных изделий;
* виды, свойства и кулинарное назначение картофеля, овощей, грибов, круп, макаронных изделий, творога, яиц, теста, консервов и других продуктов;
* признаки и методы определения доброкачественности продуктов;
* правила, приемы и последовательность выполнения операций по подготовке продуктов к тепловой обработке;
* назначение, правила пользования технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, посудой и правила ухода за ними;
* рациональную организацию труда на своем рабочем месте;
* безопасные и санитарные требования к труду;
* этику поведения в различных общественных местах, дома, в гостях;
* правила общения;
* элементы культуры и традиции родного края.
* виды, свойства и кулинарное назначение картофеля, овощей, грибов, круп, макаронных изделий, творога, яиц, теста, консервов и других продуктов;
* правила, приемы и последовательность выполнения операций по подготовке продуктов к тепловой обработке;
* назначение, правила пользования технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, посудой и правила ухода за ними;
* безопасные и санитарные требования к труду;
* этику поведения в различных общественных местах, дома, в гостях;
* правила общения.

***Учащиеся  умеют:***

* приготавливать блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки;
* варить картофель, овощи каши, бобовые и макаронные изделия, яйца;
* жарить блины, оладьи, блинчики;
* запекать овощи и крупяные изделия;
* процеживать, замешивать, измельчать;
* приготавливать бутерброды, блюда из полуфабрикатов, консервов и концентратов;
* сервировать стол к чаю, к обеду, завтраку.
* уметь работать в группе, коллективе, выражать в речи свой интерес к предмету;
* приготавливать блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки;
* варить картофель, овощи каши, бобовые и макаронные изделия, яйца;
* жарить картофель, овощи, изделия из котлетной массы (овощной, рыбной, мясной), блины, оладьи, блинчики;
* запекать овощи и крупяные изделия;
* процеживать, замешивать, измельчать, формировать, фаршировать, начинять изделия;
* приготавливать бутерброды, блюда из полуфабрикатов, консервов и концентратов;
* уметь работать со специальной литературой;
* сервировать стол к чаю, к обеду, завтраку;
* уметь работать в группе, коллективе, правильно начинать и поддерживать общение в процессе освоения программы;
* предъявлять публично результаты творческого познания в сфере быта, народных традиций, в искусстве приготовления вкусной и здоровой пищи.

**Учебно-методическое обеспечение программы**

1. Комплект наглядных пособий
2. Кухонный инвентарь
3. Комплект тематических таблиц
4. Специальная одежда
5. Диагностический инструментарий
6. Папка досуга (сценарии детских мероприятий)
7. Методические и дидактические материалы к занятиям
8. Проектная деятельность
9. Разработка открытых занятий
10. Коллекции
11. Тематические папки:

* Крупы и бобовые
* Картофель
* Макароны
* Масленица
* Пищевая ценность овощей
* Русская кухня
* Празднуем Новый год
* Вегетарианская кухня
* Кухонная утварь
* Все о салатах
* Пироги и торты из песочного печенья
* Прием гостей
* Все о правильном питании
* Если вы хотите сохранить урожай
* Правила хранения продуктов
* Правила кулинарии
* Все об овощах
* Все о супах
* Кулинарный словарь
* Все о мясе
* Тесто

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА**

1. Домоводство – М.: «Селена», 1993.
2. Данилкин Ю.Н. «Оригинальные украшения для стола», ООО ТД «Изд. Мир книги», 2009.
3. Вкусные украшения для праздника». – М.:Эксмо, 2013.
4. Фигурки из слоеного теста. - М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2010.
5. Энциклопедия кулинарного искусства - М.:РИПОЛ КЛАССИК, 2000.
6. Ж.Бертинье «100 лучших супов», - М.: ООО «ТД «Издательство «Мир книги», 2007.
7. Микроволновая кухня. М.:Эксмо, 2007.
8. Поскребышева Г. «Энциклопедия домашних заготовок», - М.: «Олма – ПРЕСС» 2000.
9. Прием гостей «Уралкультиздат», 1991.
10. Украшения блюд. Фантазии из овощей и фруктов. – М.: АСТ – ПРЕСС КНИГА, 2005.
11. Этикет за столом. К.Г.Дунцова

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИСЯ**

1. Фантазии из овощей и фруктов, - М.: Изд. «Ниола – Пресс», 2008.
2. Золотые правила кулинарии – М.: Эксмо, 2008.
3. Современный этикет и хорошие манеры. Изд. «Звонница», 2002.
4. Русская кухня. 1000 любимых рецептов. – М.: ЭСТ – ПРЕСС КНИГА,
5. 900 лучших рецептов, - М.: БАО – ПРЕСС, 2008
6. Лихачева Л. «Уроки этикета»
7. Степанова И. «Бутербродные торты» - М.: Эксмо, 2008.
8. Степанова И. «Праздничные бутерброды» - М.: Эксмо, 2008.

**ИНТЕРНЕТ – РЕСУРСЫ**

https://www.prodlenka.orq/metodicheskie-razrabotki/65687