

Управление образования Артемовского муниципального округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №14»

Принята на заседании
Педагогического совета:
от «27» августа 2025 года
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ №14»
А.Н. Тряпочкина
Приказ № 46/О
от «28» августа 2025 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Азбука кулинарии»**

Возраст обучающихся: 11-14 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Виноградова Елена Владимировна,
педагог дополнительного образования

п. Красногвардейский, 2025

1. Основные характеристики общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Программа дополнительного образования «Азбука кулинарии» является общеобразовательной общеразвивающей программой социально-гуманитарной **направленности**.

1.1.2. Актуальность общеразвивающей программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ).

2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).

4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (далее – СанПиН).

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».

9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

13. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

14. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

15. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О Методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении Методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».

18. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

19. Приказ Министерства образования и молодёжной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

Актуальность данной программы заключается в ее соответствии конкретным социально- педагогическим требованиям современного общества и государственного заказа на воспитание социально активной, физически и нравственно здоровой, творческой личности (ст. 75 Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации»). Социально – педагогическая направленность программы предполагает адаптацию учащихся к жизни в обществе посредством приобщения их к труду, к культуре и традициям родного края и формирования коммуникативных навыков.

Новизна данной программы заключается в том, что она предполагает использование современных технологий, позволяющих активизировать мыслительные процессы ребёнка, включить его в изменившуюся социальную среду и формировать интерес к школьной жизни.

1.1.3. Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы «Азбука кулинарии» является создание условий для раскрытия творческого потенциала каждого ребенка, для его самореализации через освоение основ кулинарного искусства и знаний о здоровом питании. Школьники изучат правила санитарии и гигиены при кулинарных работах; безопасные приемы работы с оборудованием и инструментами; усвоят классификацию блюд современных национальных кухонь и правила сервировки стола; смогут самостоятельно готовить блюда по рецептам, проводить экономические расчёты, а также будут способны выдвигать творческие идеи, сотрудничать в коллективе.

В основе программы лежит идея сочетания теории и практики. В содержании программы 75 % времени отводится на практические занятия, 25 % - на теоретические. Практическая деятельность учащихся носит творческий характер, способствует приобретению и активному использованию знаний, формированию технологической и кулинарной культуры.

Одним из результатов программы является участие наиболее успешных учащихся в районных конкурсах, проводимых среди обучающихся образовательных учреждений района.

Работа по программе связана с использованием нагревательных

приборов, режущих инструментов, с варкой, жарением и выпечкой продуктов. Поэтому особое внимание в программе отведено на изучение правил безопасности труда. На первом же занятии ребята знакомятся с помещением, его оборудованием, проводится подробный инструктаж, а на последующих занятиях повторяются правила безопасной работы, которые необходимо соблюдать в данный момент. Плакаты с правилами гигиены и безопасности труда вывешены на видном месте в учебной кухне.

Программа «Азбука кулинарии» построена по принципу «систематичности и последовательности» (обучающиеся готовят, в зависимости от подготовленности) и реализуется по принципу разноуровневого подхода в зависимости от запросов и возможностей учащихся.

Поэтому дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука кулинарии» имеет 3 уровня сложности:

Стартовый уровень (1 год обучения) – «блюда первого уровня сложности»

Базовый уровень (2 год обучения) – «блюда второго уровня сложности».

Продвинутый уровень (3 год обучения) – «блюда третьего уровня сложности».

Программой предусмотрены дистанционные формы обучения через **Skype** в случаях длительной болезни учащихся, в связи с карантином или в период низких температур зимой.

1.1.4. Адресат общеразвивающей программы

На обучение по программе «Азбука кулинарии» принимаются обучающиеся 5-7 класса с 11 до 14 лет, имеющие интерес к кулинарии.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструктажам.

1.1.5. Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 3 года

Объём программы – 306 часов

1 год обучения - 102 часа в год

2 год обучения - 102 часа в год

3 год обучения - 102 часа в год

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) – 34 недели.

1.1.6. Особенности организации образовательного процесса

- **Режим занятий:** Занятия проводится 1 раз в неделю по 3

академических часа. 1 академический час – 40 минут. При проведении двухчасовых занятий обязательны перемены продолжительностью не менее 10 минут.

- **Формы организации образовательного процесса**

Обучение проводится с использованием как традиционных форм (мини-лекции с элементами беседы), так и активных форм обучения (профориентационные игры, дискуссии, конкурсы команд, демонстрация основных практических приемов, метод проб и ошибок, самостоятельное выполнение практических и творческих заданий, игры, организация практической деятельности). Учащиеся получают новые социальные знания и умения.

На занятиях обучающиеся знакомятся с психофизиологическими и личностными качествами, необходимыми для работы по данной профессии, основными принципами производственных, технологических процессов, проходят онлайн - тестирование по выбору профессии.

Теоретические сведения излагаются в форме лекций, бесед, инструктажа в сочетании с демонстрацией специальных приемов, действий, наглядных пособий и обеспечивают осознанное выполнение практических работ. Формирование специальных знаний, умений осуществляется совместно с воспитательной и профориентационной деятельностью

- **Формы проведения занятий:**

- Просмотр т/передач, т/фильмов с дальнейшим их обсуждением;
- Диспут, дискуссия;
- Тренинг;
- Квиз;
- Обсуждения;
- Викторины;
- Конкурсы;
- Презентации;
- Практическая работа

- ***Формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы:***

Диагностика результативности сформированных компетенций, учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука кулинарии» 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 тренингах личностного роста.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы: формирование навыков учащихся по самостоятельному приготовлению и оформлению блюд через знакомство с основами кулинарии.

Задачи:

обучающие:

- познакомить учащихся с технологиями приготовления различных блюд;
- дать учащимся представление об эстетике приготовления, оформления и приёма пищи;
- познакомить учащихся с гигиеническими требованиями обработки, приготовления, хранения пищи;
- научить учащихся соблюдению техники безопасности при работе с острыми и режущими инструментами, электрооборудованием;
- научить учащихся экономичному (рациональному) использованию продуктов;
- расширить знания учащихся в области кулинарии;

воспитательные:

- формировать у учащихся умение эстетического приготовления пищи с отличными вкусовыми качествами;
- воспитывать трудолюбие, усидчивость, терпение, настойчивость, аккуратность учащихся;
- воспитывать уважительное отношение учащихся к труду;
- способствовать самоопределению учащихся в выборе профессии;
- воспитывать у учащихся чувство ответственности за свое будущее.

развивающие:

- развивать творческие способности учащихся, создавая ситуацию успешности, способствующую формированию положительных эмоций;
- развить у учащихся навыки конструктивного позитивного взаимодействия со сверстниками во время практических занятий;
- формировать у учащихся умение планировать работу и самостоятельно контролировать ее поэтапное выполнение;
- развивать глазомер, мышление, память учащихся.

1.3. Планируемые результаты

К концу 1 года обучения учащиеся овладевают следующими компетентностями:

Образовательные (предметные):

- умение выполнять вспомогательные работы: по очистке картофеля, овощей; переборке зелени, мойке овощей и зелени;
- знание первичной обработки круп, макаронных изделий, творога, яиц;
- умение варить картофель, овощи, бобовые, макаронные изделия, каши и яйца;
- умение готовить жареные блюда из каш, творога и яиц, макаронных изделий;
- умение жарить блины и оладьи;
- умение печь изделия из дрожжевого и песочного теста;
- умение готовить блюда с применением простого дрожжевого теста (пельмени, поэзы, вареники, лапшу и т. д.);
- умение готовить супы;
- навыки гостеприимства: умение правильно подавать блюдо, подбирать соответствующую посуду, накрывать скатертью и сервировать стол: к завтраку, обеду или празднику; застольный этикет;
- умение пользоваться кухонным оборудованием, инвентарём;

Метапредметные:

- умение самостоятельно найти нужную информацию в Интернете;
- умение выполнить практическое задание по самостоятельно выстроенному алгоритму;

Личностные:

- умение взаимодействовать со сверстниками;
- навыки коллективизма, самостоятельности.

К концу 2 года обучения учащиеся овладевают следующими компетентностями:

Образовательные (предметные):

- умение применять на практике пассерование, бланширование, тушение и запекание по правилам кулинарии;
- умение использовать натуральные фрукты и ягоды в питании, приготовить компоты, кисели, разнообразить меню другими сладкими блюдами (мусс, желе, самбук); использовать желатин в их приготовлении; приготовить сладкие блюда: яблоки в тесте, блинчики с вареньем, пудинг рисовый, яблоки печёные и т.д., использовать при этом необходимый инвентарь;

- умение организовать диетическое питание с целью излечения или предупреждения различных болезней, использовать общие принципы рационального питания; приготовить свежие натуральные соки из овощей, фруктов и ягод; использовать инвентарь для варки на пару; проводить технологическую обработку в соответствии с требованиями основных лечебных диет;

Метапредметные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, постановки и формулировки для себя новых задач в учёбе и познавательной деятельности;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения; диагностика результатов познавательной деятельности по принятым критериям и показателям; обоснование путей и средств устранения ошибок или разрешения противоречий в выполняемых технологических процессах;

Личностные:

- навыки коллективизма, самостоятельности, трудолюбия;
- умение использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности, взаимодействовать со сверстниками.

К концу 3 года обучения учащиеся овладевают следующими компетентностями:

Образовательные (предметные):

- умение пользоваться таблицами о рекомендуемом потреблении основных веществ, учитывая различные группы интенсивности труда, о содержании витаминов и энергетической ценности пищевых продуктов, составлять меню суточного пищевого рациона;

- умение варить основным способом и во фритюре, подготавливать овощи к тепловой обработке этим способом; определять готовность;

- вести первичную обработку рыбы в последовательности: оттаивание, вымачивание, приготовление полуфабрикатов; готовить по технологии способами отваривания и тушения; определять готовность, подавать к столу, вести первичную обработку курицы в последовательности, соответствующей технологическому процессу, готовить способами отваривания и тушения; определять готовность и подавать к столу;

- умение составить меню из блюд русской национальной кухни для скромного и постного стола, приготовить блюда и накрыть стол в русском стиле, использовать фрукты в свежем виде и в блюдах с тепловой

обработкой, подавать к столу;

- умение приготовить пряничное тесто и изделия из него, приготовить сдобное, пресное тесто и изделия из него;
- умение приготовить отделочные полуфабрикаты: крем заварной карамель в их дальнейшем применении, составить праздничное меню;
- умение учитывать факторы успешной организации праздничного застолья, применять разнообразные пряности, специи и приправы, характерные в технологии производства в зарубежных странах;

Метапредметные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- умение поиска информации в соответствии с поставленными задачами;
- умение слушать собеседника и вести диалог;
- умение излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения;
- навык самообразования в области кулинарного искусства;

Личностные:

- навык мотивации к обучению, готовности и способности, учащихся к саморазвитию;
- навык самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- навык мотивации к творчеству, труду;
- навык осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- умение общаться и сотрудничать со сверстниками в процессе разных видов деятельности.

1.4. Содержание общеразвивающей программы

Учебный план 1 года обучения (стартовый уровень)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Комплектование группы.	2	2		

	Инструктаж по ТБ				
2	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Техника безопасности и личная гигиена при работе в кулинарном кабинете. Игры на знакомство	2	2		Беседа. Анкетирование. Игра.
3	Кухонная утварь, уход за ней. Представление о технологическом цикле и основных способах тепловой обработки.	2	2		Практическая работа
4	Блюда и гарниры из овощей	10	1	9	Практическая работа
5	Горячие напитки	4	1	3	Практическая работа
6	Мучные изделия	18	1	17	Практическая работа
7	Супы	10	1	9	Практическая работа
8	Песочное тесто и изделия из него	10	1	9	Практическая работа
9	Блюда из круп	10	1	9	Практическая работа
10	Блюда из макаронных изделий	10	1	9	Практическая работа
11	Блины, оладьи, блинчики	10	1	9	Практическая работа
12	Блюда из творога	10	1	9	Практическая работа
13	Проектирование. Понятие о проектировании.	2	2		Беседа педагогическое наблюдение.
14	Итоговое занятие	2	2		Беседа
	Итого	102	17	85	

Содержание учебного плана первого года обучения

Тема 1. Комплектование учебной группы. Инструктаж по ТБ. (2

ч.)

Теория. Знакомство с учащимися. Инструктаж по ТБ.

Практика. Тестирование.

Тема 2. Введение в дополнительную общеобразовательную

общеразвивающую программу. Инструктаж по технике безопасности. (2ч.)

Теория. Знакомство с основным понятием курса. Ознакомление с планом работы на год. Правила поведения в кабинете технологии, на занятиях в кулинарном кабинете и переменах.

Практика. Тренировочная эвакуация при пожароопасной ситуации. Сплочение коллектива.

Тема 3. Кухонная утварь, уход за ней. Представление о технологическом цикле и основных способах тепловой обработки. (2 ч.)

Теория. Техника безопасности при работе с оборудованием, инвентарём, инструментами. Кухонная утварь. Основные понятия: технологический цикл, технология приготовления, первичная обработка, полуфабрикат, основные виды тепловой обработки: варка и жарение. Назначение первичной и тепловой обработки продуктов. Правила ведения процесса тепловой обработки. Основные способы: варка, жаренье и их разновидности.

Тема 4. Блюда и гарниры из овощей. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: пищевая ценность, клетчатка, витамины, бактерицидные вещества, клейстеризация, карамелизация, пигменты - красящие вещества. Значение блюд и гарниров из овощей, их вкусовые, питательные и декоративные качества.

Практика. Первичная обработка овощей. Технология приготовления вареных, жареных, овощей. Изменение содержания витаминов и минеральных веществ в зависимости от кулинарной обработки. Требования к качеству и оформлению блюд. Соусы, используемые с овощами.

Тема 5. Горячие напитки. (4 ч.)

Теория. Основные понятия: тонины, кофеин, эфирное масло. Классификация чая. Правила хранения чая. Пищевая ценность.

Практика. Технология приготовления чая, посуда, используемая для приготовления и подачи чая

Тема 6. Мучные изделия. (18 ч.)

Теория. Основные понятия: клейковина муки, пористость теста, разрыхлители, кляр. Первичная обработка муки, основные компоненты теста. Разрыхлители теста и их роль в кулинарии. Правила подготовки изделий из простого теста к выпечке, процессы, происходящие при выпечке.

Практика. Приготовление простого бездрожжевого теста для лапши, пельменей, вареников. Приготовление фаршей, формовых мучных изделий. Требования к качеству.

Тема 7. Супы – важная составная часть обеда. Основные понятия:

бульон и его концентрация, заправка. (10 ч.)

Теория. Жидкие основы супов и их классификация. Значение супов в питании человека. Виды бульонов и правила их приготовления. Заправочные супы и правила их варки.

Практика. Борщи. Правила приготовления свеклы для борща. Щи из свежей и квашеной капусты. Технология приготовления супов картофельных с бобовыми, крупами и макаронными изделиями. Супы молочные. Требования к качеству.

Тема 8. Тесто песочное и изделия из него. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: качество готового изделия – рассыпчато-песочное, желатин. Продукты, входящие в состав песочного теста и их соотношение. Ассортимент готовых изделий.

Практика. Технология приготовления песочного теста. Приёмы оформления изделий (использование желе, кремов, джемов и различных посыпок). Характеристика качества готовых изделий из песочного теста.

Тема 9. Блюда из круп. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: дробленые зерна, бобовые. Значение крупяных блюд и гарниров в питании человека. Ассортимент бобовых.

Практика. Первичная обработка круп. Технология приготовления каши: рассыпчатые, вязкие и жидкие. Процессы, происходящие при варке каш. Требования к качеству готовых блюд.

Тема 10. Блюда из макаронных изделий. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: макароны из твёрдых сортов пшеницы. Ассортимент макаронных изделий.

Практика. Первичная обработка макаронных изделий. Способы варки макаронных изделий: сливной и не сливной. Приготовление блюд из макарон с сыром, макарон с овощами. Требования к качеству готовых блюд, их подача.

Тема 11. Блины, оладьи, блинчики. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: скороспелые. Оборудование, посуда и инвентарь для замеса теста и выпечки блинов, оладий к столу.

Практика. Способы приготовления теста для блинов, оладий, блинчиков. Блины скороспелые, блины на опаре, блины с приправами.

Тема 12. Блюда из творога. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: жирность творога, липотропные свойства. Значение творожных блюд в питании человека. Ассортимент выпускаемого творога. Творог в кондитерском деле.

Практика. Первичная обработка творога. Горячие блюда из творога (отварные, жареные, запеченные). Холодные блюда из творога. Технология

приготовления блюд из творога. Подача их к столу. Требования к качеству блюд из творога.

Тема 13. Проектирование. (2 ч.)

Теория. Введение в проектную деятельность. Понятие о проекте. Составные части проекта. Выбор тем, планирование. Сбор информации. Составление пояснительной записки.

Тема 13. Итоговое занятие (2 ч.)

Теория. Подведение итогов учебного года

Учебный план 2 года обучения (стартовый уровень)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по технике безопасности и личной гигиена при работе в кулинарном кабинете.	2	2		Беседа. Педагогическое наблюдение Анкетирование. Игра.
2	Представление о технологическом цикле и основных способах тепловой обработки продуктов. Санитарно-гигиенические нормы и ТБ	2	2		Педагогическое наблюдение
3	Блюда и гарниры из овощей	8	1	7	Практическая работа
4	Холодные блюда и закуски	8	1	7	Практическая работа
5	Горячие напитки	4	1	3	Практическая работа
6	Бисквитное тесто и изделия из него	10	1	9	Практическая работа
7	Супы заправочные	8	1	7	Практическая работа
8	Блюда из каш	8	1	7	Практическая работа
9	Блюда из макаронных изделий	8	1	7	Практическая работа
10	Блюда из мяса и мясопродуктов	8	1	7	Практическая работа

11	Заварное тесто и изделия из него	8	1	7	Практическая работа
12	Дрожжевое тесто	6	1	5	Практическая работа
13	Холодные сладкие блюда	6	1	5	Практическая работа
14	Горячие сладкие блюда	6	1	5	Практическая работа
15	Основы лечебного питания	2	1	1	Практическая работа
16	Экскурсия	2	2		Педагогическое наблюдение. Диспут.
17	Проектирование	2	1	1	Педагогическое наблюдение. Защита мини-проекта
18	Профориентация	2	1	1	Педагогическое наблюдение. Тестирование
19	Итоговое занятие	2	2		Анкетирование
20	Итого	102	23	79	

Содержание учебного плана второго года обучения (базовый уровень)

Тема 1. Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по технике безопасности. (2 ч).

Теория. Знакомство с основным понятием курса. Ознакомление с планом работы на год. Правила поведения в кабинетах технологии и кулинарии, на занятиях и переменах.

Практика. Тестирование. Сплочение коллектива.

Тема 2. Представление о технологическом цикле и основных способах тепловой обработки. Санитарно-гигиенические нормы и техника безопасности. (2 ч.)

Теория. Представление о технологическом цикле. Вспомогательные и комбинированные способы тепловой обработки. Общие сведения о гигиене, санитарно-гигиенических требованиях к рабочему месту, помещению, личной гигиене и гигиене питания.

Тема 3. Блюда и гарниры из овощей. (8 ч.)

Теория. Основные понятия: плодовые овощи.

Практика. Мало употребляемые овощи: тыква, кабачок, патиссон, баклажан; их пищевая ценность. Первичная обработка, разнообразие кулинарного использования

Тема 4. Холодные блюда и закуски. (8 ч.)

Теория. Основные понятия: сэндвичи, канапе, филе, масляные смеси. Значение холодных блюд в питании человека. Подготовка продуктов для холодных блюд. Декоративные свойства продуктов для украшения холодных блюд.

Практика. Бутерброды: закрытые, открытые, закусочные, бутербродные торты. Салаты из сырых и вареных продуктов. Винегреты овощные с сельдью, с мясом. Подача их к столу. Требования к качеству холодных блюд.

Тема 5. Горячие напитки. (4 ч.)

Теория. Основные понятия: кофеин, цикорий.

Практика. Питательная ценность кофе, какао, способы приготовления и его подача.

Тема 6. Бисквитное тесто и виды изделий из него. (10 ч.)

Теория. Основные понятия: миксер, глазурь, карамель, желатин. Способы приготовления бисквитов. Характеристика качеств бисквитного теста. Санитарные требования к приготовлению и хранению кондитерских изделий.

Практика. Способы приготовления бисквитов: сбивной с подогревом и без подогрева, на соде с дополнительными компонентами и ароматизаторами. Рецепт теста. Ассортимент изделий из бисквита (рулеты, пирожное, торты). Кремы и сахаристые заготовки (сироп, помада, глазурь, желе) для оформления кондитерских изделий из бисквита. Приёмы оформления. Правила подачи кондитерских изделий к столу.

Тема 7. Супы заправочные. (8 ч.)

Теория. Основные понятия: Суп харчо – грузинское национальное блюдо; кинза; экстрактивные вещества.

Практика. Расширенный ассортимент заправочных супов. Разновидности рассольников. Осветление бульонов. Особенности приготовления национальных блюд.

Тема 8. Каши.

Теория. Основные понятия. Ассортимент блюд из каш.

Практика. Степень густоты вязких каш. Разновидность наполнителей. Приготовление запеканок, пудингов, клёцек, крупеников. Подача блюд к столу.

Тема 9. Блюда из макаронных изделий. (8 ч.)

Теория. Основные понятия: не сливной способ приготовления макаронных изделий.

Практика. Технология приготовления блюд: макаронника, лапшевника. Наполнители в блюда. Подача к столу.

Тема 10. Блюда из мяса и мясопродуктов. (8 ч.)

Теория. Основные понятия: Экстрактивные вещества, белки: коллаген и эластин, гемоглобин - красящее вещество мяса, панировка и т. д. Виды мяса. Посуда и инвентарь, применяемые для приготовления мясных блюд.

Практика. Изделия из рубленого мяса. Технология приготовления блюд. Оформление вторых блюд и подача их к столу. Понятие о простых и сложных гарнирах к мясу.

Тема 11. Заварное тесто и изделия из него. (8 ч.)

Теория. Ассортимент кондитерских изделий из заварного теста. Характеристика качеств готовых изделий. Использование заварного теста в других областях кулинарии.

Практика. Технология приготовления заварного теста. Приёмы оформления кондитерских изделий

Тема 12. Дрожжевое тесто. (6 ч.)

Теория. Основные понятия: дрожжевые грибки, молочно – кислые бактерии, брожение, пористость, набухание белков. Правила подготовки изделий к выпечке и процессы, происходящие при выпечке.

Практика. Технология приготовления опарного и без опарного теста. Широкий ассортимент изделий из дрожжевого теста.

Тема 13. Холодные сладкие блюда. (6 ч.)

Теория. Основные понятия. Значение сладких блюд в питании человека. Классификация сладких блюд. Условия и способы приготовления холодных сладких блюд.

Практика. Приготовление компотов из свежих фруктов и ягод, из смеси сухофруктов. Желированные блюда: кисель, желе, мусс, самбук, крем.

Тема 14. Горячие сладкие блюда. (6 ч.)

Теория. Основные понятия. Ассортимент горячих сладких блюд.

Практика. Технология приготовления сладких блюд. Пудинг, шарлот, каша гурьевская. Подача к столу. Требования к качеству.

Тема 15. Основы лечебного питания. (2 ч.)

Теория. Основы лечебного питания. Основные понятия. Цель диетического питания. Основные приёмы тепловой обработки, используемые в диетическом питании. Оборудование, используемое для приготовления лечебного питания.

Практика. Построение диетического питания на общих принципах рационального питания и его сбалансирование по содержанию важнейших пищевых веществ. Характеристика диет №1, №2 и № 5.

Тема 16. Экскурсия. (2 ч)

Экскурсия на предприятия общественного питания.

Тема 17. Проектирование. (2 ч.)

Теория. Типология проекта. Определение потребностей, выбор тем. Поиск информации. Составление пояснительной записки. Разработка технологической схемы. Экономический расчёт. Оформление проекта.

Практика. Выполнение практической части проекта. Составление технологической карты. Оформление блюда.

Тема 18. Профориентация. (2 ч.)

Теория. Встреча с выпускниками. Путь в профессию. Необходимые условия для работы на предприятиях сервиса.

Практик. Составление личного профессионального плана.

Тема 19. Итоговое занятие. (2 ч.)

Теория. Подведение итогов работы за год. Анализ результатов. Награждение учащихся по итогам работы за год.

Практика. Анкетирование

Учебный план 3 года обучения (продвинутый уровень)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по технике безопасности и личная гигиена при работе в кулинарном кабинете.	2	2		Беседа. Педагогическое наблюдение Анкетирование. Игра.
2	Физиология питания.	2	2		Педагогическое наблюдение
3	Питание подростков и спортсменов.	2	1	1	Практическая работа
4	Жареные блюда и гарниры из овощей	6	1	5	Практическая работа
5	Блюда из рыбы	10	1	9	Практическая работа

6	Блюда из курицы	10	1	9	Практическая работа
7	Национальная кухня	15	1	14	Практическая работа
8	Фруктовая кулинария	10	1	9	Практическая работа
9	Бездрожжевое тесто и изделия из него	10	1	9	Практическая работа
10	Отделочные полуфабрикаты	10	1	9	Практическая работа
11	Зарубежная кулинария	12	1	11	Практическая работа
12	Этикет	2	1	1	Практическая работа
13	Экскурсия	2	2		Педагогическое наблюдение. Диспут.
14	Проектирование	5	1	4	Педагогическое наблюдение. Защита мини-проектов
15	Профориентация	2	2		Педагогическое наблюдение. Тестирование.
16	Итоговое занятие	2	2		Диспут. Анкетирование.
17	Итого	102	21	81	

Содержание учебного плана 3 года обучения

(продвинутый уровень)

Цель 3 года обучения: формирование навыков учащихся по самостоятельному приготовлению и оформлению блюд через знакомство с основами кулинарии.

Задачи:

обучающие:

- познакомить учащихся с технологиями приготовления различных блюд;
- познакомить учащихся с содержанием работы повара, пекаря, кондитера;
- научить учащихся соотносить свои личностные качества с требованиями профессий;
- дать учащимся представление об эстетике приготовления, оформления и приёма пищи;
- познакомить учащихся с гигиеническими требованиями

обработки, приготовления, хранения пищи;

- научить учащихся соблюдению техники безопасности при работе с острыми и режущими инструментами, электрооборудованием;
- научить учащихся экономичному (рациональному) использованию продуктов;
- расширить знания учащихся в области кулинарии;

воспитательные:

- формировать у учащихся умение эстетического приготовления пищи с отличными вкусовыми качествами;
- воспитывать трудолюбие, усидчивость, терпение, настойчивость, аккуратность учащихся;
- воспитывать уважительное отношение учащихся к труду;
- воспитывать у учащихся чувство ответственности за свое будущее.

развивающие:

- развивать творческие способности учащихся, создавая ситуацию успешности, способствующую формированию положительных эмоций;
- развить у учащихся навыки конструктивного позитивного взаимодействия со сверстниками во время практических занятий;
- формировать у учащихся умение планировать работу и самостоятельно контролировать ее поэтапное выполнение;
- развивать глазомер, мышление, память учащихся

Тема 1. Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по технике безопасности. (2 ч).

Теория. Знакомство с основным понятием курса. Ознакомление с планом работы на год. Правила поведения в кабинете кулинарии, на занятиях и переменах.

Практика. Тестирование. Сплочение коллектива.

Тема 2. Физиология питания. (2 ч.)

Теория. Основные понятия. Основные процессы пищеварения. Значение пищевых веществ для организма человека.

Тема 3. Питание подростков и спортсменов. (2 ч.)

Теория. Основные понятия: характер и принципы построения рационов детей. Особенности кулинарной обработки продуктов питания для детей.

Практика. Приготовление вкусного полезного завтрака.

Тема 4. Жареные блюда и гарниры из овощей. (6 ч.)

Теория. Основные понятия: фритюр, суфле. Ассортимент овощей,

используемых для жарения, гарниров и блюд из овощей.

Практика. Жареные блюда из овощей. Из протёртых овощей. Подача к столу. Требования к качеству блюд.

Тема 5. Блюда из рыбы. (10 ч.)

Теория. Пищевая ценность рыбы и нерыбных продуктов моря для организма человека. Методы определения качества рыбы. Первичная обработка.

Практика. Правила оттаивания мороженой рыбы, вымачивание солёной. Способы разделки в зависимости от кулинарного назначения. Формование полуфабрикатов. Технология приготовления. Правила подачи к столу.

Тема 6. Блюда из курицы. (10 ч.)

Теория. Пищевая ценность птицы. Заправка птицы. Полуфабрикаты из птицы.

Практика. Первичная обработка птицы. Технология приготовления блюд из курицы. Соусы в блюдах из птицы. Правила подачи к столу.

Тема 7. Национальная кухня. (15 ч.)

Теория. История развития русской кухни. Технологические процессы свойственные русской кухне. Практика. Основные понятия: постный и скромный стол, тельное, тыковник. Запаривание, томление. Разнообразие используемых продуктов, приправа, соусы, их приготовление.

Тема 8. Фруктовая кулинария. (10 ч.)

Теория. Сведения из истории фруктов. Значение фруктов в рационе питания.

Практика. Технология приготовления блюд из фруктов. Ассортимент блюд из фруктов.

Тема 9. Бездрожжевое тесто. (10 ч.)

Теория. Виды бездрожжевого теста.

Практика. Технология приготовления бездрожжевого теста: пряничного, сдобного сладкого и несладкого.

Тема 10. Отделочные полуфабрикаты. (10 ч.)

Теория. Ингредиенты, входящие в состав данных отделочных полуфабрикатов.

Практика. Основные понятия: крем заварной, карамель. Использование карамели и крема заварного в оформлении кондитерских изделий.

Тема 11. Зарубежная кулинария. (12 ч.)

Теория. Особенности истории развития кулинарии некоторых зарубежных стран

(Италия, Франция, Германия).

Практика. Разнообразие используемых продуктов, подача блюд к столу. Приготовление некоторых блюд.

Тема 12. Этикет. (2 ч.)

Теория. История образования слова «этикет», развитие этикета в России. Изучение правил этикета при встрече гостей и поведения за столом, о правилах сервировки стола.

Практика. Сервировка стола.

Тема 13. Экскурсия. (2 ч.)

Теория. Экскурсия на предприятия общественного питания. Типы предприятий. Профессии сферы общественного питания. Профессионально – важные качества. Ассортимент выпускаемой продукции.

Тема 14. Проектирование. (5 ч.)

Теория. Типология проекта. Определение потребностей, выбор тем. Поиск информации. Составление пояснительной записки. Экономический расчёт. Разработка технологической схемы. Оформление проекта.

Практика. Выполнение практической работы проекта. Составление технологической карты. Практическая работа по технологической карте. Оформление блюда.

Тема 15. Профориентация. (2 ч.)

Теория. Профессия и вы. Как выбрать себе профессию? Необходимые условия для работы на предприятиях сервиса. Кто работает в общественном питании? Ваш путь к профессии.

Практика. Составление личного профессионального плана.

Тема 16. Итоговое занятие. (2 ч.)

Теория. Подведение итогов работы за год. Анализ результатов. Награждение учащихся по итогам работы за год.

Практика. Анкетирование.

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	31 мая	34	102	1 занятие по 3 часа в неделю
Каникулы: 25 октября- 02 ноября, 29 декабря – 08 января, 21 марта – 29 марта, 26 мая – 31 августа					

№ п/п	Модули программы	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы
1	1 год обучения (стартовый уровень)	102 часа	34	1 раз в неделю по 2 часа

2	2 год обучения (базовый уровень)	102 часа	34	1 раз в неделю по 2 часа
3	3 год обучения (базовый уровень)	102 часа	34	1 раз в неделю по 2 часа

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение реализации программы

Данная программа может быть эффективно реализована во взаимосвязи методического обеспечения программы и материально-технических условий:

- оборудованный учебный кабинет, оснащенный мебелью: стол для педагога, ученические столы, стулья, шкафы; магнитная доска, флипчарт, магниты для флипчарта, маркеры, стенды.
- технические средства обучения: ноутбук, кухонные столы и стулья, электроплиты, чайник, блендер, миксер, доски разделочные, ножи, посуда;
- информационное обеспечение: интернет-ресурсы, видео материалы.
- учебно-методическое обеспечение: дополнительная общеобразовательная программа, учебно-методический комплекс: дидактические материалы, плакаты, видеотека, методические рекомендации, сборники материалов, сценарии, мониторинг по дополнительной общеобразовательной программе, периодические и специальные издания.

2.3. Этапы и формы аттестации

Наблюдение, опрос и анкетирование позволяют определить результативность освоения программы, учитывая сформированные осознанные теоретические и практические знания, умения и навыки. В ходе реализации программы практикуются и другие формы работы:

- выполнение заданий, тестов;
- демонстрация практических и теоретических знаний и умений на занятиях;
- индивидуальные беседы, дискуссия;
- выполнение практических и творческих работ.

Контрольно-диагностический материал

Для проверки эффективности и качества реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы применяются различные виды контроля и формы отслеживания результатов. Виды контроля включают:

- 1) **текущий контроль** проводится в начале и в течение всего обучения. Ведется для выявления у учащихся имеющихся знаний, умений и

навыков;

2) *промежуточная аттестация* проводится в середине каждого года обучения. Позволяет оценить степень освоение программы на данном этапе;

3) *аттестация по завершению реализации программы* проводится в конце обучения и позволяет оценить результативность освоения программы.

Оценочные материалы

Диагностика результативности сформированных компетенций, учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука кулинарии» 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 тренингах личностного роста.

3. Список литературы

Нормативные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (далее – СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».
9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

13. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

14. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

15. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О Методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении Методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».

18. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

19. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

Литература, использованная при составлении программы

1. Гумницкий Т.Н., Кононова О.М. Эстетика в общественном питании. – М.: Экономика, 2000. – 134 с.

2. Деревянко Т. Украшение из фруктов и овощей. – Москва: «АТС – ПРЕСС», 2004. – 124 с.

3. Кульнова Т.В. Салаты на любой вкус. – Москва: АЛМА – Пресс: Инвест, 2006. – 206 с.

4. Ковалёва В.М., Могильный Н.П., 500 рецептов славянской трапезы. – М.; 1992. – 232 с.

5. Куликова В. Н. Блюда из микроволновой печи. – Москва: Издательство «Мир книги», 2007. – 143с.

6. Чудинова Ю.Ю. Цветы и букеты из овощей и фруктов. – Москва: Издательство группы.

«Континент», 2011.- 165 с.

Литература для обучающихся и родителей:

1. Александрова Л.Ю. Блюда из картофеля. – Иркутск: 2001. – 165 с.

2. Бородина М.Б., Иофоре Л. В. Вы ждёте гостей. – Иркутск: 2001. – 170 с.

3. Бондарева Н. Ланч с Сосискиным. – Москва: 2000. – 130 с.

4. Мартынов С.М. Овощи +фрукты +ягоды = здоровье. – М.: Просвещение, 2002. – 125 с.

5. Степанов И.В. Вкусные украшения из овощей. – Москва: 2011. – 135 с.

6. Степанов И.В. Праздничные бутерброды. – Москва: 2011. – 124с.