

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования

Центр детей и молодежи

Принята на заседании
педагогического совета МАУДО ЦДМ
Протокол № 7 от 15.08.2025 г.

Утверждаю:
Директор МАУДО ЦДМ
С.Б. Еремеев
Приказ № 63-д от 19.08.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
Кулинарная студия «Вкусные истории»**

Возраст обучающихся: 8 – 10 лет

Срок реализации 1 год

Автор-составитель:

Куштанова Жанна Дамировна,
педагог дополнительного образования

г. Карпинск

2025 г.

Пояснительная записка

Программа кулинарной студии «Вкусные истории» составлена в соответствии с нормативно-правовыми актами и государственными программными документами:

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 ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная 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 молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».
9. 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).
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
11. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
12. 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».

13. Устав МАУДО ЦДМ (с изменениями), утвержденным Постановлением Администрации муниципального округа Карпинск от 14.11.2017 г. № 1644 (с изм. от 24.08.2021 г. № 1049, от 13.03.2024 г. № 329, от 20.05.2024 г. № 709, от 10.12.2024 г. № 1930).

Направленность программы: данная программа имеет социально-гуманитарную направленность. Программа расширяет знания детей в области кулинарии, правильного питания, помогает ему пробовать себя в роли повара. На занятиях по кулинарии дети учатся искусству приготовления пищи, творчески оформлять блюда, как на каждый день, так и к праздникам, готовить бутерброды, разные закуски, салаты, холодные блюда, десерты и изделия из теста.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания обучающихся, будет способствовать воспитанию физически - нравственного здорового поколения, развитию у них чувства гармонии и красоты, воспринимать мир как единое целое.

Очень важно организовать свой быт так, чтобы еда приносила радость, была полезной, немудреной и аппетитной. Важно не только правильно готовить, но и правильно питаться. Умение вкусно готовить хорошая привычка. Умение красиво подать блюдо, правила сервировки — воспитывает эстетический вкус. Навыки и умение, сформированные в детстве, закладывают установку для дальнейшей жизни.

В основе организации работы детского объединения лежат субъектные взаимоотношения руководителя объединения и детей, где они равноправные партнеры, что обеспечивает комфортный психологический климат, способствующий созданию благоприятных условий для раскрытия и развития способностей каждого ребенка с ориентацией на общечеловеческие ценности. Основным условием образовательного процесса является систематизация нравственного отношения к труду, к теоретической и практической созидательной деятельности.

Актуальность программы кулинарной студии «Вкусные истории» обусловлена и особенностями нашего города. На территории Карпинска ранее не было кулинарного объединения для детей, а ведь каждый ребенок, девочка или мальчик, становятся взрослыми, если они в детстве будут знать, уметь и проводить торжества, то и в дальнейшей своей взрослой жизни смогут подготовиться к любому семейному мероприятию, традиционному празднику, стать гостеприимными хозяевами.

Отличительная особенность программы.

Отличительная особенность заключается в том, что программа кулинарной студии «Вкусные истории» рассчитана на тех, кто делает первые шаги в кулинарии, знакомится с кухней, желает научиться быть экономным, хорошо ориентироваться в многообразии продуктов.

Программа «Вкусные истории» создана для раскрытия творческого потенциала каждого обучающегося, для его самореализации через освоение основ кулинарного искусства и знаний о здоровом питании. Обучающиеся изучат правила санитарии и гигиены при кулинарных работах; безопасные приемы работы с оборудованием и инструментами; усвоят классификацию блюд 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.

Теоретическая часть программы включает в себя сведения о правилах безопасности кулинарных работ; правилах санитарии и гигиены; значении питания в жизни человека; составе пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода), режиме питания ребенка; меню; правилах сервировки стола; назначении столовых приборов; правилах этикета; организации рабочего места.

Практическая часть программы предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению блюд из доступных продуктов, сервировке стола.

Занятия направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни организацию правильного питания, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего их

развития, на воспитание ответственности, самостоятельности, взаимовыручки, умения работать в команде.

Кулинарная студия «Вкусные истории» проводится в кабинете, при оборудовании которого предусмотрено все необходимое для занятий, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям.

Новизна программы заключается в том, что данная программа связана с необходимостью освоения детьми современного подхода к рациональному и здоровому натуральному питанию. Сегодня это – важнейшая составная часть формирования в российском обществе здорового образа жизни. Правильное питание - источник здоровья, силы, бодрости и красоты.

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Вкусные истории» способствует процессу воспитания личности, привитию здорового образа жизни и правильного питания обучающихся, дальнейшего выбора профессии.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что ребенок может попробовать себя в иной социальной роли, не в роли ученика, а в роли мастера.

Программа нацелена на развитие личности обучающихся. На занятиях по кулинарии дети учатся искусству приготовления пищи, творчески оформлять блюда к праздникам, выставкам, готовить разные закуски, салаты, первые и вторые блюда, десерты и торты. В данной программе кроме развития и коррекции практических навыков обучающимся предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора, облегчающий их дальнейшую социализацию. Дети любят готовить, пользуются всевозможными приборами и посудой, учатся работать с современной бытовой техникой. Данная программа охватывает помимо преподавания практических навыков, развитие познавательной сферы через преподавание основ кулинарии. Вся программа обучения представляет единую систему взаимосвязанных тем, которые постепенно усложняются, и при этом раскрывают многообразные связи предметной практической деятельности человека с его историей и культурой.

Адресат программы.

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 8 до 10 лет, мальчики и девочки.

Возрастные особенности: в возрасте 8-10 лет наиболее интенсивно развиваются: потребность в признании; осознание времени, осознание прав и обязанностей.

Это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становления нравственности и открытия «Я», обретения новой социальной позиции. Ребёнок стремится активно проявлять свои возможности и способности, жаждет одобрения от сверстников и от взрослых. Социальное самоопределение и поиск себя неразрывно связаны с формированием мировоззрения. В этой связи занятия актуальной, социально значимой деятельностью, в данном случае, кулинарией, содействуют успешной социальной адаптации и создают ситуацию успеха для ребёнка. В этот период происходит важнейший в становлении личности скачек от детства к взрослости. Он заключается в жажде получить признание их новых возможностей от взрослых. В этом может помочь искусство кулинарии – быть полезным своей семье на кухне. Успешная учеба, осознание своих способностей и умений качественно выполнять различные задания, в том числе и кулинарии, приводят к становлению чувства компетентности — нового аспекта самосознания, который наряду с развитием сферы произвольности можно считать центральным новообразованием младшего школьного возраста.

Наполняемость группы: не более 8 обучающихся.

Условия приема: Набор обучающихся в группы ведется с учетом возраста. Принимаются все желающие, не зависимо от уже имеющихся знаний и умений в области кулинарии.

Принципы формирования учебных групп: в группе могут обучаться дети разного возраста, что обусловлено занятостью обучающихся в школе, это учитывается при построении занятий, определяет методику проведения занятий, подход к распределению практических заданий, организации коллективных работ. Старшие обучающиеся занимаются совместно с младшими, таким образом, старшие могут выступать кураторами для младших.

Программа разработана с учетом возрастных, психофизиологических и функциональных возможностей детей и не имеет жестких ограничений по состоянию здоровья обучаемых. Усвоение изучаемого материала будет

осуществляться от простого к сложному, постепенно увеличивая теоретические знания и практические навыки, а задания взаимосвязаны.

Объем и срок освоения программы.

Программа «Вкусные истории» разработана для разновозрастной группы и рассчитана на 1 год обучения.

Объем и срок освоения общеразвивающей программы

Объем программы - 152 часа.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Особенности организации образовательного процесса.

Режим занятий.

Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа с десятиминутным перерывом.

Форма обучения: очная.

Форма организации образовательного процесса: На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная (обучающимся дается самостоятельные задания с учетом его возможности); фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема); групповая (разделение на мини группы по выполнению определенной работы).

Обязательным условием занятий – соблюдение санитарно-гигиенических правил. Одно из главных правил гигиены при кулинарных работах – наличие спецодежды: фартуков, колпаков, сменной обуви. Следующим обязательным условием является соблюдение техники безопасности: безопасные приемы работы с нагревательными приборами, кулинарным оборудованием и инструментами.

Структура каждого занятия зависит от конкретной темы и решаемых в ней задач.

Наиболее характерна комбинированная форма 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, заключительный инструктаж, мытье посуды и уборка помещения).

Форма реализации образовательной программы: традиционная модель, реализация программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течении одного года обучения.

Перечень форм проведения занятий. Теоретические занятия: рассказ, беседа, мастер-класс, рассказы обучающихся, опрос, наблюдение, показы способов нарезки, взбивания, очищения овощей и фруктов. Практические занятия: занятия-соревнования, самостоятельное приготовление блюд, показ, обсуждение, сервировка.

В основном занятия по программе проходят в виде учебных занятий, которые состоят из теоретической и практической работы.

Формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы. Предполагается использовать следующие формы контроля: беседы, практические работы. Главный показатель реализации программы - личностный рост каждого обучающегося, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Формы подведения результатов. Текущий контроль – усвоение тематического материала (педагогическое наблюдение, устный опрос). Промежуточный контроль – усвоение учебного материала за 1-е полугодие (самостоятельная работа). Итоговый контроль – освоение программного материала за весь учебный период (самостоятельная работа).

Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы: Формирование у детей навыков приготовления здоровой питательной пищи и обучение навыкам самостоятельного приготовления и оформления блюд из доступных продуктов.

Задачи:

Обучающие:

- обучать технологии приготовления основных блюд;
- обучать оформлению и подачи блюд, сервировке стола к завтраку обеду и ужину;

- обучать безопасному обращению с инвентарём и оборудованием;
- знакомить учащихся с историей кулинарии и способов обработки продуктов.
- знакомить с организацией труда и техникой безопасности при приготовлении пищи;
- знакомить со спецификой работы: гигиеническими правилами и правилами безопасного пользования приборами и бытовой техникой, поведения на кухне;
- расширять спектр представлений детей о продуктах, способах их приготовления и использования в пищу.

Развивающие:

- пробуждать интерес к кулинарному искусству у обучающихся;
- развивать творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение;

Воспитательные:

- воспитывать интерес к процессу приготовления элементарных блюд;
- воспитывать терпение и усидчивость, трудолюбие, аккуратность;
- воспитывать стремление доводить работу до конца;
- прививать навыки работы в группе;
- показывать значение правильного питания для здоровья человека.

Задачи данной программы будут выполнены, если обучающийся на занятии займет позицию «Я хочу это сделать сам». В задачу педагога входит не столько помочь обучающемуся в приготовлении пищи, сколько создать условия, при которых он будет хотеть создать свой неповторимый рецепт. Причем на теоретическую часть занятия должно отводиться втрое меньше времени, чем на практические действия.

Планируемые результаты

Метапредметные результаты:

- формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;

- формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- овладение различными способами поиска информации соответствии с поставленными задачами;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения;
- формирование и развитие компетентности в области кулинарного искусства.

Личностные результаты:

- развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- мотивация детей к познанию, творчеству, труду;
- формирование осознанного, доброжелательного отношения к другому человеку;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности.

Предметные результаты:

В результате изучения этого раздела обучающийся должен

Знать:

- правила поведения, правила санитарии и гигиены, общие правила организации рабочего места и безопасности на занятиях по обработке пищевых продуктов;
- оборудование кухни, кухонную, столовую и чайную посуду, инструменты и приспособления для приготовления пищи;
- правила ухода за кухонной, столовой и чайной посудой;
- значение питания; основные группы продуктов питания; общие требования к качеству продуктов питания и их хранению;
- пищевую ценность хлеба, яиц, круп и макаронных изделий, молока и молочных продуктов рыбы и мяса;

- виды бутербродов, горячие напитки, блюда из яиц, из круп и макаронных изделий, из молока и молочных продуктов,
- виды теста, технологию приготовления;
- приготовление рыбных и мясных блюд;
- правила безопасности при чистке и мытье кухонной посуды и приспособлений, мытье столовой посуды и приборов, чайной посуды.

Уметь:

- соблюдать правила санитарии и гигиены при первичной обработке продуктов;
- применять безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями; перебирать зелень, плоды, овощи, ягоды, картофель; производить первичную обработку всех видов овощей;
- выполнять нарезку овощей простыми формами и в виде украшений;
- оценивать качество сырья и полуфабрикатов;
- потрошить рыбу, птицу;
- проводить тепловую обработку продуктов различными видами;
- сервировать стол, складывать салфетки;
- оформлять готовое блюдо и правильно подавать его на стол;
- сервировать стол для различных видов приёма пищи;
- правильно вести себя за столом, встречать гостей;
- готовить холодные блюда и закуски, первые блюда, вторые блюда, сладкие блюда и напитки;
- выбирать продукты питания. Использовать информацию на упаковке продуктов для качественного их подбора;
- выполнять основные приемы механической и тепловой обработки продуктов;
- точно следовать технологической карте. Организовывать свою работу при приготовлении блюд.

Содержание общеразвивающей программы

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	Входной: контроль в форме опроса, анкетирования
2.	Сервировка стола.	2	1	1	Текущий: педагогическое наблюдение, беседа, практическая работа
3.	Бутерброды, сэндвичи, бургеры, хот-доги, роллы	14	4	10	Текущий: педагогическое наблюдение, беседа, практическая работа
4.	Салаты	20	3	17	Текущий: педагогическое наблюдение, беседа, практическая работа
5.	Блюда из яиц	6	2	4	Текущий: педагогическое наблюдение, беседа, практическая работа
6.	Блюда из круп	10	3	7	Текущий: педагогическое наблюдение, беседа, практическая работа
7.	Блюда из макаронных изделий	4	1	3	Текущий: педагогическое наблюдение, беседа, практическая работа
8.	Блюда из творога	6	1	5	Текущий: Беседа, практическая работа
9.	Промежуточный контроль. Занятие-соревнование «Воскресный завтрак»	2		2	Промежуточный контроль: Соревновательная игра по командам
10.	Супы	16	1	15	Текущий: Беседа, практическая работа
11.	Блюда из картофеля и овощей	8	1	7	Текущий: Беседа, практическая работа
12.	Блюда из птицы	12	1	11	Текущий: Беседа, практическая работа
13.	Блюда из мяса	10	3	7	Текущий: Беседа, практическая работа

14.	Блюда из рыбы	6	1	5	Текущий: Беседа, практическая работа
15.	Изделия из теста	26	3	23	Текущий: Беседа, практическая работа
16.	Напитки	6	1	5	Текущий: Беседа, практическая работа
17.	Итоговый контроль. Занятие-соревнование	2		2	Итоговый контроль: Соревновательная игра по командам
	Итого	152	27	125	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с коллективом, обсуждение плана работы на год. Правила безопасности кулинарных работ. Правила санитарии и гигиены. Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда: фартук, косынка, сменная обувь. Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода). Режим питания ребенка. Меню. Организационные вопросы: график дежурств.

Практика: составление меню, графика дежурств, выполнение правил гигиены во время приготовления пищи.

2. Сервировка стола.

Теория: Правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Назначение столовых приборов. Правила этикета. Знакомство с технологической картой. Эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом. Прием гостей и правила поведения за столом в гостях.

Практика: Сервировка стола. Работа с технологической картой. Приготовление апельсинового мохито.

3. Бутерброды, сэндвичи, бургеры, хот-доги, роллы.

1 занятие.

Теория: Организация рабочего места. Инструменты и приспособления. Виды бутербродов. Требования к приготовлению бутербродов.

Практика: Нарезка продуктов. Подбор ножей и разделочных досок. Приготовление бутерброда с джемом или повидлом. Приготовление бутерброда с рыбными гастрономическими продуктами. Приготовление чая.

2 занятие.

Теория: Значение хлеба в питании человека. Приготовление холодных бутербродов.

Практика: Нарезка продуктов. Приготовление сложного бутерброда (колбаса, огурец); бутерброда, приготовление закрытого бутерброда с сыром. Приготовление чая.

3 занятие.

Теория: Правила хранения продуктов, сроки годности. Приготовление горячих бутербродов. Технологические карты.

Практика: Работа с технологическими картами. Приготовление горячего бутерброда горячий с ветчиной, сыром и помидором. Приготовление какао с молоком.

4 занятие.

Теория: Условия подачи бутербродов.

Практика: Приготовление сэндвича с ветчиной и сыром. Приготовление чая с лимоном и сахаром.

5 занятие.

Практика: Приготовление «Бургера «Фермерского». Приготовление чая.

6 занятие.

Практика: Приготовление Хот-дога «Лаки Лучано» с салатом «Коул-Слоу» Приготовление чая с лимоном.

7 занятие:

Практика: Приготовление ролла с ветчиной и овощами.

Приготовление чая с лимоном.

4. Салаты.

1 занятие.

Теория: Значение салатов в питании человека. Подготовка овощей. Мойка, чистка, нарезка. Оформление блюд. Украшения из овощей.

Практика: Украшение из овощей. Царевна -лягушка из огурца, Пингвинчики, Божья коровка из помидор, Крокодил из огурца, Овощная бабочка. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Теория: Основные питательные вещества. Витамины. Правила подачи салатов.

Практика: Приготовление Салат фруктовый с йогуртовой заправкой. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Теория: Салаты. Заправки и соусы для салатов.

Практика: Приготовление салата зеленого с огурцами и помидорами с растительным маслом. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Теория: Современное электрооборудование для кухни.

Практика: Приготовление салата «Оливье» с ветчиной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5 занятие.

Практика: Приготовление салата «Греческий». Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

6 занятие:

Практика: Приготовление салата «Винегрет». Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

7 занятие.

Практика: Приготовление салата «Цезарь». Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

8 занятие.

Практика: Приготовление салата из крабовых палочек. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

9 занятие.

Практика: Приготовление салата «Сельдь под шубой». Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

10 занятие.

Практика: Приготовление салата «Фунчоза». Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5. Блюда из яиц.

1 занятие.

Теория: Питательная ценность яиц. Блюда из яиц. Способы термической обработки яиц.

Практика: Приготовление яйца куриного диетического, сваренного в крутую. Приготовление яичницы-глазуньи (натуральной).

2 занятие:

Теория: Современное электрооборудование для кухни.

Практика: Приготовление омлета натурального. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление фритатты с сыром и ветчиной и помидорами. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

6. Блюда из круп.

1 занятие.

Теория: Питательная ценность круп. Способы приготовления различных каш.

Практика: Приготовление манной каши с малиной. Приготовление горячего шоколада с зефиром. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Теория: Виды круп.

Практика: Приготовление каши рисовой с изюмом. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление манника. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Теория: Способы приготовления различных каш.

Практика: Приготовление каши гречневой с овощами и колбасой. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5 занятие.

Практика: Приготовление булгура с овощами и сосисками. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

7. Блюда из макаронных изделий.

1 занятие.

Теория: Виды круп и макаронных изделий.

Практика: Приготовление макарон с сыром. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Практика: Приготовление макарон с ветчиной и томатом. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

8. Блюда из творога.

1 занятие.

Теория: Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Изделия из творога.

Практика: Приготовление сырников из творога. Приготовление горячего шоколада с зефиром. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Практика: Приготовление кекса творожного. Приготовление чая фруктового. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление запеканки из творога. Приготовление чая с молоком и сахаром. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

9. Промежуточный контроль. Занятие - соревнование «Воскресный завтрак».

Занятие 1.

Практика: Кулинарное командное соревнование, включающее приготовление различных бутербродов из набора продуктов и праздничная сервировка стола «Воскресный завтрак».

10. Супы.

1 занятие.

Теория: Виды супов, последовательность закладки продуктов.

Практика: Приготовление супа с лапшой «Суп-лапша домашний». Хлеб ржаной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие

Практика: Приготовление супа «Рассольник Ленинградский». Приготовление бульона куриного.

Хлеб ржаной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление супа «Борщ «Краснодарский». Приготовление бульона куриного.

Хлеб ржаной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Практика: Приготовление супа «Щи из квашенной капусты». Приготовление бульона куриного. Хлеб ржаной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5 занятие.

Практика: Приготовление супа-пюре из гороха. Приготовление бульона куриного. Гренки. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

6 занятие.

Практика: Приготовление супа картофельного с фрикадельками. Приготовление бульона куриного. Хлеб ржаной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

7 занятие.

Практика: Приготовление супа рыбного. Хлеб ржаной. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

8 занятие.

Практика: Приготовление молочного супа с вермишелью. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

11. Блюда из картофеля и овощей.

1 занятие.

Теория: Польза овощей в рационе человека.

Практика: Применение современных инструментов и приспособлений для механической обработки и нарезки овощей. Приготовление картофеля по-деревенски с паприкой. Приготовление соуса чесночного.

Сардельки, колбаски (сосиски) отварные. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Практика: Приготовление овощных шашлычков. Сок фруктовый. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление картофеля фри. Сардельки, колбаски (сосиски) отварные. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Практика: Приготовление картофельного пюре. Сардельки, колбаски (сосиски) отварные. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

12. Блюда из птицы.

1 занятие.

Теория: Роль и польза куриного мяса в питании человека.

Практика: Применение современных инструментов и приспособлений для механической обработки и нарезки птицы. Приготовление куриного шашлычка со сладким перцем. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Практика: Приготовление грудки куриной, запеченной с сыром. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление котлеты куриной, запеченной с соусом салатным. Приготовление гарнира «Спагетти». Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Практика: Приготовление «Ежиков» куриных. Приготовление гречки отварной рассыпчатой. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5 занятие.

Практика: Приготовление наггетсов, стрипсов, байтсов. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

6 занятие.

Практика: Приготовление чикенбола с молочным соусом. Приготовление картофельного пюре. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

13. Блюда из мяса.

1 занятие.

Теория: Виды мяса, питательная ценность.

Практика: Применение современных инструментов и приспособлений для механической обработки и нарезки мяса. Приготовление поджарки из свинины. Приготовление гречки отварной рассыпчатой. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Теория: Хранение и обработка мяса.

Практика: Приготовление бифштекса по-домашнему. Овощи в ассортименте (огурцы, помидоры, перец). Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Теория: Оформление вторых блюд из мяса.

Практика: Приготовление зраз мясных с фаршем из яйца и ветчины. Приготовление картофельного пюре. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Практика: Приготовление котлеты домашней запеченной. Приготовление изделий макаронных отварных (спагетти). Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5 занятие.

Практика: Приготовление чевапчичи. Приготовление картофеля фри. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

14. Блюда из рыбы.

1 занятие.

Теория: Питательная ценность рыбы. Признаки доброкачественности.

Практика: Применение современных инструментов и приспособлений для механической обработки и нарезки рыбы. Приготовление рыбы, запеченной с сыром. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Практика: Приготовление рыбы, запеченной под маринадом. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление фишболов. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

15. Изделия из теста.

1 занятие.

Теория: Мучные изделия. Виды теста.

Практика: Приготовление Блинчиков с яблоком и корицей. Приготовление блинов с мороженым и шоколадом. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Теория: Оборудование, посуда и инвентарь для замешивания теста и выпечки.

Практика: Приготовление бисквитного пирога «Шарлотка». Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Теория: Разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного и дрожжевого теста.

Практика: Приготовление печенья бисквитного детского с шоколадной пастой. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

4 занятие.

Практика: Приготовление вафель ванильных с сахарной пудрой. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

5 занятие.

Практика: Приготовление маффина с шоколадом и вишней. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

6 занятие.

Практика: Приготовление пиццы школьной. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

7 занятие.

Практика: Приготовление вареников с картофелем. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

8 занятие.

Практика: Приготовление печенья творожного с лимоном. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

9 занятие.

Практика: Приготовление печенья соленого с сыром. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

10 занятие.

Практика: Приготовление ванильного капкейка с меренгой. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

11 занятие.

Практика: Приготовление печенья безе. Приготовление чая с молоком. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

12 занятие.

Практика: Приготовление кекса морковного. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

13 занятие.

Практика: Приготовление кекса морковного. Приготовление чая. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

16. Напитки.

1 занятие.

Теория: Роль и влияние напитков на организм человека.

Практика: Приготовления коктейля ванильного. Приготовление сладкого поп-корна сладкий. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

2 занятие.

Практика: Приготовление киселя из вишни. Приготовление запеканки из творога. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

3 занятие.

Практика: Приготовление компота из плодов сухих (курага). Приготовление мороженого с фруктами. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

17. Итоговый контроль. Кулинарное командное соревнование.

Практика: приготовление «маффина ванильного». Приготовление горячего шоколада с зефиром. Чаепитие. Подача готового блюда. Работа с технологическими картами.

Организационно-педагогические условия

Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	38
2	Количество учебных дней	76
3	Количество часов в неделю	4
4	Количество часов	152
5	Недель в I полугодии	18
6	Недель во II полугодии	20
7	Начало занятий	1 сентября
8	Каникулы	-
9	Выходные дни	3 – 4 ноября, 31 декабря – 11 января, 23 февраля, 9 марта, 1 – 5 мая,
10	Окончание учебного года	30 мая

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Объединение организуется в МАДО ЦДМ в оборудованном кабинете для приготовления пищи, отвечающим санитарно-гигиеническим требованиям, кабинет светлый, с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией. Учебная кухня оборудована шкафами, разделочными столами, электроплитой, холодильником, мойкой, микроволновой печью, электродуховкой, чайником, мультиваркой, аэрогрилем, хлебопечкой, миксером, мясорубкой, тостером, набором посуды, разделочными досками с обязательной маркировкой для сырых и вареных овощей, и т.д., кухонными ножами маленькими или средними, ножами консервными, ложками из нержавеющей стали, разливными ложками, шумовками, дуршлагами, скалками, заварочными чайниками, подставками под горячую посуду, мисками емкостью от 0,5 до 2 л, кастрюлями емкостью от 1 до 3 л., сковородами разных размеров, ситом, набором выемок для печенья, формами для торта, столовой и чайной посудой, спецодеждой на каждого обучающегося.

Методические материалы

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико- методический материал	Формы, методы, приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия
1.	Вводное занятие.	Литература, наглядные пособия, спец. одежда	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, опрос, обсуждение
2.	Сервировка стола.	Литература, посуда для сервировки, наглядные пособия	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
3.	Бутерброды, сэндвичи, бургеры, хот- доги, роллы	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
4.	Салаты	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
5.	Блюда из яиц	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
6.	Блюда из круп	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
7.	Блюда из макаронных изделий	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа,

		приспособления, посуда, литература		практическая работа
8.	Блюда из творога	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
9.	Промежуточный контроль. Занятие- соревнование «Воскресный завтрак»	Технологические карты, инструменты и приспособления, посуда	Словесные, наглядные, практические	Занятие- соревнование
10.	Супы	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
11.	Блюда из картофеля и овощей	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
12.	Блюда из птицы	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
13.	Блюда из мяса	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
14.	Блюда из рыбы	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда,	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая

		литература		работа
15.	Изделия из теста	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
16.	Напитки	Технологические карты, наглядные пособия, инструменты и приспособления, посуда, литература	Словесные, наглядные, практические	Лекция, беседа, самостоятельная работа, практическая работа
17.	Итоговый контроль. Занятие-соревнование	Технологические карты, инструменты и приспособления, посуда	Словесные, наглядные, практические	Занятие-соревнование

При обучении детей используются следующие методы:

- словесный - обучающимся рассказывается об истории происхождения кулинарии, истории национальных кухонь с точки зрения здорового и рационального питания, и технологии приготовления блюд;
- наглядно - практический - раздаются технологические карточки, в которых описывается состав продуктов, технология приготовления, оформление и подача блюд;
- проектный - ориентирован на самостоятельную деятельность обучающихся по приготовлению разнообразных блюд (индивидуально, в группе), которую учащиеся выполняют.

В течение определенного отрезка времени обучающиеся должны самостоятельно решить проблему, применив необходимые знания, получить результат. Позволяет развивать индивидуальные творческие способности учащихся, более осознанно подходить к профессиональному и социальному самоопределению.

Формы аттестации и оценочные материалы.

Периодичность и порядок текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по программе осуществляется согласно учебного (тематического) плана.

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся: особое внимание уделяется контролю с целью определения познания, самосовершенствования, поддержки интереса.

Для выявления динамики образовательных изменений контроль осуществляется поэтапно:

- входной, проводится перед началом работы (наблюдение);
- текущий (анализ продуктов деятельности);
- промежуточный контроль (занятие – соревнование).
- итоговый (анализ продуктов деятельности, занятие-соревнование).

Оценочный материал (приложение 1).

Формы контроля: входной, текущий, промежуточный, итоговый.

Оценка качества освоения программы производится при помощи:

- практической работы;
- педагогических наблюдений;
- занятия-соревнования.

Форма отслеживания и фиксация образовательных результатов. По итогам курса у каждого обучающегося имеется портфолио, состоящее из фотографий его работ, просмотр которого также обеспечивает контроль за результатами обучения. Каждая тема предполагает выполнение практической работы, которая служит для закрепления теоретического материала, а также способствует обеспечению текущего контроля. Все фотографии практических работ хранятся в электронном виде, что позволяет сравнивать работы. На занятиях работы обсуждаются всем коллективом. Обучающиеся учатся анализировать свои достижения и давать оценку своей работе. По окончании изучения программы организуется занятие-соревнование.

Система оценки результатов

Оценка результатов освоения программы проводится по трем направлениям: личностные, метапредметные и предметные результаты. Используется комплекс методов, включая наблюдение, практические работы, анализ портфолио и соревновательные формы.

1. Диагностическая карта наблюдений (для текущего контроля)

Данная карта заполняется педагогом не реже 2 раз в полугодие на основе наблюдений за ребенком в процессе занятий.

Критерии и показатели:

Критерий	Показатель	Проявляется устойчиво (3 балла)	Проявляется ситуативно (2 балла)	Проявляется редко (1 балл)
Личностные результаты	Ответственность и аккуратность	Соблюдает правила гигиены и ТБ без напоминаний, содержит рабочее место в чистоте	Выполняет требования после напоминания педагога	Часто пренебрегает правилами, требует постоянного контроля
	Трудолюбие и усидчивость	Работает с интересом, стремится довести начатое до конца	Работает с переменным интересом, может бросить сложную задачу	Быстро теряет интерес, бросает работу при первой трудности
Метапредметные результаты	Умение работать в команде	Активно помогает другим, делится, учитывает мнение команды	Работает в команде, но может конфликтовать за главную роль	Предпочитает работать один, затрудняется в сотрудничестве
	Работа с инструкцией	Самостоятельно читает и точно следует технологической карте	Работает по карте с помощью педагога или сверстников	Путается в этапах, не может организовать работу по карте
Предметные результаты	Владение инструментами	Уверенно и безопасно пользуется ножом, техникой и др. инструментами	Пользуется инструментами с небольшой помощью	Действует неуверенно, нарушает технику безопасности
	Кулинарная грамотность	Знает назначение продуктов, может объяснить свои действия	Затрудняется в объяснении, но технику выполняет	Действует по шаблону, не понимая смысла процессов

Обработка результатов:

Высокий уровень: 15-18 баллов

Средний уровень: 10-14 баллов

Низкий уровень: 6-9 баллов

2. Чек-лист оценки итоговой практической работы

(для промежуточного и итогового контроля)

Используется во время занятий-соревнований или при выполнении итогового комплексного задания (например, "Приготовить и сервировать завтрак на одного").

Этап выполнения работы	Критерии оценки	Баллы (0-2)
1. Организация рабочего места	Подобрана правильная посуда и инструменты. Соблюдена маркировка досок. Рабочее место организовано эргономично.	
2. Подготовка продуктов	Продукты вымыты, очищены, нарезаны в соответствии с заданием. Форма нарезки соответствует техническому заданию.	
3. Технологический процесс	Соблюдена последовательность операций по технологической карте. Соблюдены временные и температурные режимы.	
4. Соблюдение ТБ и гигиены	Соблюдены правила безопасной работы с инструментами и техникой. Использована спецодежда.	
5. Вкусовые качества	Блюдо имеет сбалансированный вкус, соответствующий заявленному. Отсутствуют посторонние привкусы.	
6. Подача и сервировка	Блюдо оформлено эстетично. Подано на чистой посуде. Соблюдены элементарные правила сервировки.	
7. Уборка рабочего места	После окончания работы посуда вымыта, стол вытерт, отходы утилизированы.	
Итого:		/14

3. Критерии оценки портфолио (творческая составляющая)

Портфолио обучающегося (фотографии блюд) оценивается по следующим критериям:

Разнообразие техник (0-3 балла): Наличие работ, демонстрирующих освоение разных разделов программы (нарезка, тепловая обработка, выпечка, декорирование).

Эстетика и творчество (0-3 балла): Стремление к красивому оформлению, наличие авторских элементов, творческий подход к подаче.

Динамика роста (0-2 балла): Сравнение первых и последних работ, видимое улучшение навыков, усложнение техник.

Итого: /8 баллов

Сводная интерпретация результатов:

Для получения итоговой оценки по программе баллы из всех трех методов (наблюдение, практическая работа, портфолио) суммируются и переводятся в уровень освоения программы:

Высокий уровень (36-40 баллов): Обучающийся освоил программу в полном объеме, демонстрирует устойчивые навыки, самостоятельность и творческий подход.

Средний уровень (25-35 баллов): Обучающийся освоил программу в основном объеме, применяет полученные знания и умения с незначительной помощью педагога.

Низкий уровень (менее 25 баллов): Обучающийся освоил программу на минимальном уровне, требует постоянной помощи и контроля со стороны педагога.

Список используемой литературы:

1. Барсукова, Н.В. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обеспечения питанием воспитанников и обучающихся государственных образовательных организаций Санкт-Петербурга. / Барсукова Н.В., Феденишина Е.Ю., Трухина Е.В., Сафронова Э.Э., Киреева М.С. – СПб.: Издательский центр «Интермедия», 2004. – 741 с.
2. Ермакова, В.И. Кулинария. / В.И. Ермакова - М: Просвещение. 1983 – 235 с.
3. Ковалев, В.М. Русская кухня: традиции и обычаи. / В.М. Ковалев, Н.П. Могильный – М: Советская Россия, 1999. – 256 с.
4. Кундель, Е. Энциклопедия супов от А до Я. / Е. Кундель. – М.: Эксмо. Хлеб Соль, 2024. – 368 с.
5. Кузнецова, М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. /М.Е. Кузнецова – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2012. – 160 с.
6. Онищенко, Г.Г. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. / Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельян, Д.Б. Никитюк, В.В. Чернигов, Е.А. Пырьева, С.А. Дмитриева, М.А. Тоболева, Ж.Ю. Горелова, Т.А. Летучая, А.Н. Плац-Колдобенко, Н.А. Тараскина, А.Н. Мягков, С.Ю. Углов; под ред. Онищенко Г.Г., Тутельяна В.А. – М: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с.
7. Лампитт, Д. Практическая Кулинария. /Лампитт Д. – Челябинск.: Урал ЛТД, 1999. – 633 с.
8. Меджитова, Э. Д. Десерты и напитки. / Э.Д. Меджитова. – М.: Эксмо, 2012. – 160 с.
9. Похлебкин, В.В. Собрание избранных произведений. История важнейших пищевых продуктов. / В.В. Похлебкин – М.: Центрполиграф, 2006. – 552 с.
10. Рецепты красивого стола. Сервировка и этикет. / под ред. Е. Левашев. – М.: Эксмо, 2011. – 128 с.
11. Сергеева, Е.В. Авторская дополнительная образовательная программа «Кулинария с элементами домоводства. / Е.В. Сергеева – М: 2011.
12. Учимся готовить блюда из мяса. М.: Эксмо, Хлеб Соль, 2024. -144 с.
13. Чадеева, И.В. Выпечка по ГОСТу. / И.В. Чадеева – М.: Эксмо. 2023. – 320 с.
14. Ярмакова В.И. Основы кулинарии. Учебник. / В.И. Ярмакова - М: Просвещение. 2000 - 206 с.

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Дмитриева, В.Г. Первая кулинарная книга: готовлю сам без мамы. Простой самоучитель. / В.Г. Дмитриева – М.: АСТ, 2023. – 96 с.
2. Пискунов, В. Ю. Русская кухня. Главное за 500 лет. Рецепты, техники, история. /В. Ю. Пискунов. – М: Эксмо. Хлеб Соль, 2023. – 256 с.
3. Поскребышева, Г.И. Новейшая кулинарная энциклопедия. / Г.И. Поскребышева – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 248 с.
4. Рыкова, М. Душа хлеба. Книга о здоровом, хрустящем и ароматном. / М. Рыкова. М.: Комсомольская правда, 2023. – 160 с.
5. Учимся готовить салаты. М.: Эксмо. Хлеб Соль, 2024. – 144 с.

Оценочный материал

Основной показатель оценки результата	Критерии оценивания результата	Выполнен/ не выполнен
Соответствии качества блюдов требованиям к качеству в соответствии с технологической картой	Соответствии внешнего вида блюда органолептическому показателю в технологической карте	
	Соответствие консистенции блюда	
	Соответствие цвета блюда	
	Соответствие запаха блюда	
Соответствие нормы выхода показателю технологической карты	Соответствие нормы выхода и оформления блюда	