




Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области  
«Екатеринбургская школа №7, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
учителей 5-9 классов  
Руководитель:  
 Н.П. Анферова  
Протокол  
№ 1 от «29» августа 2024 г.

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
Протокол  
№ 1 от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ СО  
«Екатеринбургская школа  
№7»  
 С.Н. Ключкова  
Приказ № 120 от «29» августа  
2024 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарного направления  
кружок «Кулинар»  
на 2024-2025 учебный год

Составитель:  
Лебедева Ирина Александровна,  
учитель высшей квалификационной категории

Екатеринбург, 2024 год

## Содержание

1. Пояснительная записка	2
2. Концепция программы	5
3. Методы и формы обучения	5
4. Ожидаемые результаты	6
5. Требования к уровню подготовки учащихся	6
6. Программа занятий кружка	7
7. Материально - техническая база	8
8. Учебно - тематический план	9
9. Используемая литература	11

## Пояснительная записка.

Программа составлена в соответствии с Законом «Об образовании» и Законом «О защите прав ребенка» Свердловской области.

**Актуальность** создания данной программы кружка «Кулинар» является то, что она обращена в наше прошлое и настоящее, чтобы напомнить учащимся почитаемые, берущие начало из глубокой древности, традиции, народные обычаи, старинные обрядовые блюда, а затем познакомить с современной кухней, оборудованием современных предприятий общественного питания, основными профессиями пищевой промышленности.

Программа кружка «Кулинар» рассчитана на тех, кто делает первые шаги, знакомит с кухней, умением вести хозяйство, позволяет научиться быть экономным, хорошо ориентироваться в многообразии продуктов.

Занятия в кружке позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего творчества. У учащихся формируются навыки в приготовлении национальных блюд и их эстетического оформления.

**Цель программы:** создание условий для использования труда, как эффективное средство социализации и индивидуализации личности ребёнка

### Задачи:

- Ознакомление учащихся с культурными традициями предков, формирование у детей основ целостной эстетической культуры и толерантности через познание кулинарных изделий и народных традиций;
- Формирование у подрастающего поколения бережного отношения к культурному наследию, к истории и традициям России и Урала, уважение к людям труда;
- Привитие навыков нравственного поведения, этики в ближайшем (семейном) окружении;
- Дать учащимся знания о рациональном питании, сформировать умения по приготовлению здоровой пищи, развить способность критически относиться к разного рода модным диетам, воспитать вкус к здоровой пище.
- Пробудить интерес к кулинарному искусству у детей;
- Развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- Развить способность критически относиться к разного рода диетам;
- Развить эстетическое восприятие и творческое воображение

**Особенностью** данной программы является то, что у учащихся появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны дома.

Программа обучения представляет собой комплекс тематически объединенных, но относительно самостоятельных составляющих — блоков и модулей, которые в зависимости от условий и индивидуальных требований можно изменить. Документально каждый блок представляет собой учебно-методический комплект.

При изучении каждого блока программой предусмотрено, приготовление одного или нескольких блюд уральского региона.

Каждый блок программы предусматривает обязательное включение следующих вопросов:

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

Каждый блок программы предусматривает практикум, который составляет не менее 75%-80% времени от общего количества часов на тему.

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

Содержание блока «Введение» предусматривает ознакомление учащихся с правилами техники безопасности при проведении кулинарных работ, физиологией питания, этикетом за столом, сервировкой стола, основными профессиями пищевой промышленности. Общими сведениями о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ.

Содержание блока «Холодные блюда и закуски» предусматривает ознакомление учащихся с видами холодных блюд, способами их приготовления. Оформлением и подачи на стол. Видами бутербродов. Технологией приготовления. Подача готовых блюд. Требованиям к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Содержание блока «Первые блюда» предусматривает ознакомление учащихся с приготовлением первых блюд. Знакомство с технологией приготовления супов. Подача готовых блюд. Требованиям к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Содержание блока «Овощные гарниры и изделия из круп» предусматривает ознакомление учащихся со способами хранения овощей и круп, определение доброкачественности по внешнему виду. Правила первичной обработки и особенностями обработки овощей и круп. Технологией приготовления блюд из овощей и круп. Требованиям к качеству и оформлению готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Содержание блока «Изделия из мяса» предусматривает ознакомление учащихся с видами домашней птицы и животных. Блюдами из птицы и мяса. Определение качества птицы и мяса. Первичная обработка птицы и мяса. Видами тепловой обработки, применяемые при приготовлении блюд из птицы и мяса. Разделка птицы и мяса для приготовления блюд и украшение перед подачей к столу. Время приготовления и способы определения готовности кулинарных блюд. Оформление готовых блюд при подаче к столу. Условиям и срокам хранения.

Содержание блока «Рыбные блюда» предусматривает ознакомление учащихся с видами рыб: морская и речная. Пищевая ценность рыбы. Условия и сроки хранения живой, мороженой, копченой, вяленой, соленой рыбы и рыбных консервов. Шифр на консервных банках. Методы определения качества рыбы. Блюда из рыбы. Технологией приготовления. Требованиям к качеству готовых блюд. Оформление готовых блюд. Условиям и срокам хранения. Подача к столу

Содержание блока «Изделия из яиц и творога» предусматривает ознакомление учащихся со значением яиц и творога в питании человека. Использование в кулинарии. Меры предосторожности при работе с яйцами и творогом. Технологией приготовления блюд из яиц и творога. Требованиям к качеству готовых блюд. Подача готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Содержание блока «Изделия из теста» предусматривает ознакомление учащихся с видами теста. Рецептурой и технологией приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий. Видами начинок и украшений для изделий из теста. Технологией приготовления. Требованиям к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Содержание блока «Сладкие блюда» предусматривает ознакомление учащихся с продуктами, необходимыми для приготовления муссов и желе. С желирующими веществами. Технология приготовления желе и муссов. Требованиям к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Учебный материал строится по 70 -часовой годичной сетке.

Программа ориентирована на годичный курс обучения учащихся 5-6 классов. Практика показала, что дети данного возраста успешно и с интересом занимаются кулинарией на уроках технологии. Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогают им в повседневной жизни. Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

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

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

## **Концепция программы.**

В основе программы лежит идея сочетания теории и практики.

Решение педагогических задач в программе «Кулинар» осуществляется в соответствии со следующими принципами:

Принцип непрерывного дополнительного образования как механизм обеспечения полноты и цельности образования в целом;

Принцип гражданственности ориентирует образовательный процесс на изучение истории, обычаи, традиции народов, их блюд;

Принцип творчества помогает развивать фантазию, эстетический вкус, мыслить и действовать;

Принцип коллективной деятельности реализуется на создании совместных рецептов, фантазий, при организации коллективных праздников, конкурсов, проведении и участия в выставках;

Принцип индивидуального подхода ориентирует педагога на учет индивидуальных и возрастных возможностей и способностей воспитанников.

Принцип самореализации предполагает создание творческой среды, проведение открытых занятий.

### **Формы и методы организации учебной деятельности:**

- индивидуальная (даются самостоятельные задания с учетом возможности учащегося);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема);
- групповая (разделение на мини группы для выполнения определенной работы);

Освоить различные приёмы можно только практическим путём, поэтому на занятиях широко применяются:

**объяснительно - иллюстративные** пособия, что позволяет стимулировать учащихся к постоянному пополнению знаний об окружающей среде с помощью бесед, сюжетно-ролевых занятий или деловых игр, докладов обучающихся, конкурсов и др.

**практические методы** – способствуют развитию мышления через формирование интеллектуальных умений: обобщение, анализ, синтез, сравнение, моделирование, а также позволяет вовлечь учащихся в практическую деятельность с целью приобретения навыков приготовления блюд разного уровня сложности: самостоятельная работа, экскурсии, работа с дополнительной литературой

### **Ожидаемые результаты**

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

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

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

## **Требования к уровню подготовки учащихся**

По завершении обучения, обучающиеся должны знать:

- правила гигиены и безопасности труда;
- основные этапы истории развития кулинарии;
- блюда уральского региона
- основы рационального питания;
- правила поведения за столом;
- способы нарезки овощей;
- названия круп;
- технологию приготовления первых и вторых блюд;
- виды теста;
- технологию приготовления изделий из теста;
- изделия из яиц и творога;
- технологию приготовления изделий из яиц и творога;
- сладкие блюда;
- технологию приготовления сладких блюд.

Должны уметь:

- с кухонными инструментами и приспособлениями;
- сервировать стол к завтраку, обеду, ужину;
- готовить супы, каши; запеканки, рагу,
- заваривать чай;
- готовить напитки;
- готовить некоторые виды салатов;
- готовить песочное и дрожжевое тесто и изделия из них

### **Программа занятий кружка.**

*Информационная карта к программе.*

Название программы: **«Кулинар».**

Продолжительность освоения программы-**1 учебный год.**

Количество часов за год: **70 часов**

Место проведения: **кабинет № 1**

Временные затраты: 2 занятия по 40 минут = **1 час 20 минут**

Время проведения: день недели-**вторник, с 15-00 до 16-20**

Возрастной диапазон участников кружка: **12-14 лет.**

Уровень освоения программы - **начальный**

Тип программы - **обучающее-развивающий.**

Вид программы по целевой установке: **познавательный.**

Вид программы по форме организации и содержания и процесса педагогической деятельности: **практико - ориентированные учебные занятия, творческие мастерские.**

## **Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

### **Дидактическое обеспечение**

**Оборудование:** столы, стулья, доска школьная, книжный шкаф, компьютер, интерактивная доска, экран, плита электрическая с духовкой, миксер, холодильник, посудомоечная машина; шкафы для посуды; доски деревянные разделочные; сушилка для тарелок; посуда: кастрюли, сковороды, тарелки, ложки, набор чайной посуды, ведро эмалированное, чайники заварные, набор ножей, столовый сервиз, чайник, кофейный сервиз; косынки, фартуки; моющие средства, кальцинированную соду.

#### **Учебно-методическое обеспечение:**

- Таблицы-памятки;
- Технологические карты приготовления блюд;
- Раздаточный материал;
- Схемы;
- Информационный материал;
- фото и репродукции художественных натюрмортов (разделы «Овощные и фруктовые салаты», «Украшение кондитерских изделий»)
- тесты для контроля знаний, умений, навыков;
- игровой материал;
- наглядный иллюстративный материал;
- библиотечка «Юного кулинара», учебно-методические пособия, справочники, энциклопедии.



### Учебно-тематический план.

Дата	№ п/п	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
	<b>1</b>	<b>Введение</b>	<b>10</b>	<b>1.25</b>	<b>8.75</b>
	1.1	Вводное занятие. Правила техники безопасности и санитарной гигиены в кабинете. История возникновения кулинарии (чай)	2	0.25	1.75
	1.2	Основы здорового образа жизни. Основы рационального питания (винегрет)	2	0.25	1.75
	1.3	Способы обработки пищевых продуктов (яичница, омлет).	2	0.25	1.75
	1.4	Соль и сахар. Заготовка продуктов (компот из яблок).	2	0.25	1.75
	1.5	Витамины (салат из капусты). Минеральные вещества и здоровье (салат из свёклы с чесноком и грецким орехом).	2	0.25	1.75
	<b>2</b>	<b>Холодные блюда и закуски</b>	<b>8</b>	<b>1.0</b>	<b>7.0</b>
	2.1	Салат по-уральски	2	0.25	1.75
	2.2	Бутерброды на скорую руку	2	0.25	1.75
	2.3	Тёртая морковь с яблоками	2	0.25	1.75
	2.4	Сельдь под шубой	2	0.25	1.75
	<b>3</b>	<b>Первые блюда</b>	<b>6</b>	<b>0.75</b>	<b>5.25</b>
	3.1	Щи по-уральски	2	0.25	1.75
	3.2	Вегетарианский борщ	2	0.25	1.75
	3.4	Окрошка уральская	2	0.25	1.75
	<b>5</b>	<b>Овощные гарниры и изделия из круп</b>	<b>6</b>	<b>0.75</b>	<b>5.25</b>
	5.1	Овощное рагу	2	0.25	1.75
		Гречневая каша (рассыпчатая)	2	0.25	1.75
	5.4	Картофельные оладьи, котлеты капустные	2	0.25	1.75
	<b>6</b>	<b>Изделия из мяса</b>	<b>6</b>	<b>0.75</b>	<b>5.25</b>
	6.1	Фаршированные сосиски	2	0.25	1.75
	6.2	Пицца с вкусным краешком	2	0.25	1.75
	6.3	Куриные оладушки	2	0.25	1.75
	<b>7</b>	<b>Рыбные блюда</b>	<b>6</b>	<b>0.75</b>	<b>5.25</b>
	7.1	Салат «Мимоза»	2	0.25	1.75

	7.3	Пирог с картофелем и рыбными консервами	2	0.25	1.75
		Скумбрия запеченная в духовке	2	0.25	1.75
	<b>8</b>	<b>Изделия из яиц и творога</b>	<b>8</b>	<b>1.0</b>	<b>7.0</b>
	8.1	Деревенская яичница с картофелем	2	0.25	1.75
	8.2	Творожное печенье «Поцелуйчики»	2	0.25	1.75
	8.3	Быстрый заливной пирог с зелёным луком и яйцом	2	0.25	1.75
	8.4	Королевская ватрушка	2	0.25	1.75
	<b>9</b>	<b>Изделия из теста</b>	<b>14</b>	<b>1.75</b>	<b>12.25</b>
	9.1	Уральский хворост	2	0.25	1.75
	9.2	Шарлотка	2	0.25	1.75
	9.3	Картофельный пирог	2	0.25	1.75
	9.4	Чебуреки с картошкой и сыром	2	0.25	1.75
	9.5	Торт «Черепашка»	2	0.25	1.75
	9.6	Пятачки	2	0.25	1.75
	9.7	Пирог с сыром и сосисками	2	0.25	1.75
	<b>10</b>	<b>Сладкие блюда</b>	<b>6</b>	<b>0.75</b>	<b>5.25</b>
	10.1	Напиток из черной смородины	2	0.25	1.75
	10.2	Витаминный напиток из шиповника	2	0.25	1.75
	10.3	Желе «Разбитое стекло»	2	0.25	1.75
<b>Итого:</b>			<b>70</b>	<b>8.75</b>	<b>61.25</b>

## Используемая литература

1. Конституция Российской Федерации, ст. 43
2. Конвенция о правах ребенка
3. Турыгин В.В. «Уральская кухня». Свердловск, Средне-Уральское книжное издательство, 2009.
4. Головков А. Кухня без секретов, Москва, 2014.
5. Новоженев Ю.М., Титюник А.И. Кулинарная характеристика блюд: Обществ. питание.
6. Национальные кухни наших народов.-М.:Центрполиграф,2015.
7. Из истории русской кулинарной культуры. –М.: Центрполиграф, 1996.
8. Учебник технологии 5-7 класс под редакцией Симоненко
9. Интернет - ресурсы