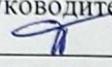
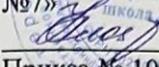


Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области  
«Екатеринбургская школа №7, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
учителей 5-9 классов  
Руководитель:  
 В.А. Пашиева  
Протокол  
№ 1 от «27» августа 2025 г.

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
Протокол  
№ 1 от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ СО  
«Екатеринбургская школа  
№7»  
 С.Н. Ключкова  
Приказ № 102 от «29» августа  
2025 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарного направления  
«Кулинар»  
на 2025-2026 учебный год

Составитель:  
Лебедева Ирина Александровна,  
учитель высшей квалификационной категории

Екатеринбург, 2025 год

## ПРОГРАММА КРУЖКА « КУЛИНАР»

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

### **Задачи:**

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

Особенностью данной программы является то, что у учащихся появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны дома. 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. Оформление и подачи на стол. Видами бутербродов. Технологией приготовления. Подача готовых блюд. Требования к качеству готовых блюд. Условия и сроки хранения.

Содержание блока «Первые блюда» предусматривает ознакомление учащихся с приготовлением первых блюд. Знакомство с технологией приготовления супов. Подача готовых блюд. Требования к качеству готовых блюд. Условия и сроки 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. Методы определения качества рыбы. Блюда из рыбы. Технологией приготовления. Требованиям к качеству готовых блюд. Оформление готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

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. Требованиями к качеству готовых блюд. Подачей 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. Видовыми начинками и украшениями для изделий из теста. Технологией приготовления. Требованиями 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. Требованиями к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Программа ориентирована на 70 часовую годовичный курс обучения учащихся 10-12 лет. Дети данного возраста успешно и с интересом занимаются кулинарией на уроках технологии. Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогают им в повседневной жизни. Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

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

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

### **Ожидаемые результаты**

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

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

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

### **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:

- правильно обращаться 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

### Учебно-тематический план.

Дата	№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
	<b>1</b>	<b>Введение</b>	<b>10</b>
	1.1	Вводное занятие. Правила техники безопасности и санитарной гигиены в кабинете. История возникновения кулинарии (чай)	2
	1.2	Основы здорового образа жизни. Основы рационального питания (винегрет)	2
	1.3	Способы обработки пищевых продуктов (яичница, французский омлет).	2
	1.4	Соль и сахар. Заготовка продуктов (компот из сухофруктов).	2
	1.5	Витамины (салат "Греческий"). Минеральные вещества и здоровье (салат из свёклы с чесноком и грецким орехом).	2
	<b>2</b>	<b>Холодные блюда и закуски</b>	<b>8</b>
	2.1	Салат "Таёжный"	2
	2.2	Бутерброды к празднику	2
	2.3	Салат "Цезарь"	2
	2.4	Сельдь под шубой в рулете	2
	<b>3</b>	<b>Первые блюда</b>	<b>6</b>
	3.1	Харчо вегетарианский	2
	3.2	Вегетарианский борщ	2
	3.4	Окрошка	2
	<b>4</b>	<b>Овощные гарниры и изделия из круп</b>	<b>6</b>
	4.1	Овощное рагу	2
	4.2	Гречневая каша (рассыпчатая) с грибами	2
	4.3	Картофельные оладьи, котлеты капустные	2
	<b>5</b>	<b>Изделия из мяса</b>	<b>6</b>
	5.1	Фаршированные сосиски	2
	5.2	Пицца с вкусным краешком	2
	5.3	Печеночные оладушки	2
	<b>6</b>	<b>Рыбные блюда</b>	<b>6</b>
	6.1	Салат «Мимоза»	2
	6.2	Пирог с картофелем и рыбной консервой	2
	6.3	Роллы	2
	<b>7</b>	<b>Изделия из яиц и творога</b>	<b>8</b>
	7.1	Деревенская яичница с картофелем	2
	7.2	Творожное печенье «Поцелуйчики»	2
	7.3	Быстрый заливной пирог с зелёным луком и яйцом	2
	7.4	Королевская ватрушка	2
	<b>8</b>	<b>Изделия из теста</b>	<b>14</b>

	8.1	Хворост	2
	8.2	Шарлотка	2
	8.3	Печенье с предсказаниями	2
	8.4	Чебуреки с картошкой и сыром	2
	8.5	Торт «Радуга»	2
	8.6	Эклеры	2
	8.7	Круассаны	2
	<b>9</b>	<b>Сладкие блюда</b>	<b>6</b>
	9.1	Напиток из черной смородины	2
	9.2	Витаминный напиток из шиповника	2
	9.3	Желе «Разбитое стекло»	2