

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Школа № 118
с углубленным изучением отдельных предметов»

Рассмотрено на МО учителей
«Человек – творчество»
Руководитель ШМО

Е. Бурцева / Бурцева Е.П.

Протокол № 1 от 30.08.2016

Согласовано на МС
Протокол № 1
Руководитель МС

М. Муравьев / Муравьев М.

Протокол № 1 от 01.09.2016

Утверждено:
Директор школы
МАОУ «Школа № 118
с углубленным изучением
отдельных предметов»

О. Мухомов / Мухомов О.

Приказ № 245 от 01.09.2016



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности учащихся**

«Кулинария СМАК»

для обучающихся 5-6 классов

срок реализации программы 2 года.

Год разработки 2016 год

Программу составила:
Бурцева Елена Павловна

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая рабочая программа «Кулинарии Смак» имеет **направленность** социально-педагогическую.

Актуальность программы определена тем, что позволяет учащимся познакомиться с технологией приготовления блюд, выходящими за рамки школьной программы, соответствует познавательным возможностям учащихся средней школы. Это «проба» собственных умений, навыков и возможностей. Занятия по данной программе могут расширить и углубить знания о профессиях, связанных с приготовлением пищи, а также расширить представление о здоровом питании и здоровом образе жизни.

Программа рассчитана на детей 11-15 лет. Срок реализации дополнительной образовательной программы 2 года. Программой предусмотрено проведение групповых занятий с учащимися. Занятия проводятся один раз в неделю.

Цель программы –содействовать формированию всесторонне развитой личности, расширяя и углубляя знания по культуре питания и технологии приготовления пищи, а также подготовить ребенка к жизни в обществе, к выбору профессии.

Задачи:

Обучающие:

- Познакомить с технологией приготовления и правилами подачи блюд, вариантов украшения блюда, сервировки стола и правилам этикета;

Развивающие:

- развивать умение планирования расходов на продукты и контроля;
- формировать эстетический и художественный вкус в процессе приготовления блюда;
- Формирование потребности к саморазвитию и самосовершенствованию;

Воспитательные:

- способствовать воспитанию творческой активности;
- формировать умение самоконтроля,
- формировать умение сотрудничества через работу в парах или группе;
- оказать помощь в профессиональном самоопределении учащихся

Основополагающие принципы:

❖ Актуальность.

Создание условий для повышения мотивации к обучению технологии через практическую деятельность, формирование системы знаний и представлений об окружающей действительности, стремление развивать творческие и интеллектуальные способности учащихся.

❖ Системность.

Программа строится по принципу последовательного усложнения материала – от простого к сложному в соответствии с психологической природой ребенка и предлагает изделия, который ребенок выберет сам по мере своих возможностей.

❖ Обеспечение мотивации.

Все приготовленные блюда употребляются сразу в пищу, дети могут угостить гостей кружка, получить отзывы о блюде. Приготовление блюд не требует больших временных затрат, Изучаемые блюда учащиеся могут самостоятельно приготовить для своей семьи.

❖ Практическая направленность.

Содержание занятий кружка направлено на освоение основных приемов первичной обработки продуктов, тепловой обработки, правил подачи блюда, сервировки стола, уборки рабочего места.

❖ Межпредметные связи.

На занятиях используются знания, полученные на уроках по другим предметам: окружающий мир, изобразительное искусство, биология, химия.

❖ Профориентационная направленность.

Осуществляется знакомство с профессиями пищевой отрасли.

❖ Вариативность содержания.

Программа является вариативной, допускает некоторые изменения в содержании занятий, форме их проведения, количестве часов на изучение программного материала.

❖ Дифференцированный подход к образованию.

Ориентация на личность ребенка, на развитие его природных качеств, учет его индивидуальных возможностей и особенностей, положение ребенка в семье, школе, предоставление каждому ребенку возможность освоить тот уровень программного материала, который ему доступен.

Форма занятий

- ✓ Теоретический материал
- ✓ Практические занятия

Методы обучения:

- Словесные: рассказы, лекции, беседы.
- Наглядные: демонстрации, иллюстрации.
- Практические: упражнения, показы, практическая работа, практические упражнения, конкурсы.

Формы контроля:

Для закрепления теоретического материала применяется: презентация и дегустация готовых блюд, тестирование, работа по инструкционно-технологическим карточкам.

Ожидаемые результаты:

После освоения курса образовательной программы обучающиеся должны:

Знать:

- правила техники безопасности при работе режущими и колющими инструментами, электроприборами;
- санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи;
- правила этикета;
- основы технологии приготовления блюд из круп, мяса, рыбы, яиц, дрожжевого и без дрожжевого теста;
- основы правила подачи блюд;
- о многообразии национальных блюд;
- о способах оформления блюд;

уметь:

- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюд;
- готовить блюда следуя рецепту;
- украшать готовые блюда;
- правильно вести себя за столом.

Для успешной реализации поставленных задач занятия проходят в кабинете технологии, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям; хорошо освещенном кабинете, сухим с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией; есть вся необходимая материально-техническая база; в наличии учебно-методический комплекс и наглядно-демонстрационный материал.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие

спецодежды: фартука и косынки для девочек; фартука и колпака для мальчиков. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Педагог распределяет обязанности среди обучающихся, закрепляет за ними определенные участки работы и в дальнейшем фактически является наблюдателем, контролируя и направляя работу ребят. Обучающиеся показывают гостям оформление готовых блюд, рассказывают о правилах сервировки и поведения за столом, дают советы по приготовлению различных блюд, угощают.

Тематическое планирование 1 год обучения

Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
Вводное занятие.	3	2	1
Блюда из яблок 15 ч	15	5	10
Овощи в кулинарных блюдах	21	7	14
Блюда Новогоднего стола	12	4	8
Блюда из курицы	18	6	12
Блюда из творога	18	6	12
Блюда из рыбы	15	5	10
Пицца	9	3	6
Итого	111	38	73

Содержание программы

Вводное занятие.

Инструктаж по правилам безопасного поведения на занятиях, требованиям техники безопасности и санитарии при работе в мастерской кулинарии. Организация рабочего места, план работы кружка. Анкетирование учащихся.

Блюда из яблок 15 ч

Блюда из яблок: Шарлотка. Яблоки в тесте. Яблочное варенье. Правил заваривания чая. Оладьи с яблоками и сметаной. Компот из свежих и сушеных яблок. Фруктовые и овощные салаты с яблоком. Яблочное пюре. Яблочный штрудель. Запеченные яблоки. Домашние пирожки с яблочной начинкой.

Овощи в кулинарных блюдах 21 ч

Салат из свежих овощей: однокомпонентные салаты и сложные салаты. Правила нарезки и подачи салатов. Салат из вареных овощей. Многослойный салат. Карвинг. Способы украшения блюда. Овощные гарниры. Тушеные овощи. Картофель – второй хлеб. Жареная и тушеная картошка. Картофельное пюре. Картофельная запеканка. Домашние пирожки с картошкой или капустой.

Блюда Новогоднего стола 12 ч

Рождественские кексы. Салат Оливье. Салат «Новогодние куранты».
Лимонный пирог. Фигурное домашнее печенье. Имбирный лимонад. Салат Цезарь. Торт «Наполеон»

Блюда из курицы 18 ч

Котлеты Пожарские с гарниром. Супы на курином бульоне. Плов с курицей. Запеченая курочка. Шашлычки из куриной грудки. Жареная курочка. Подбор специй и приправ. Рулетики из филе грудки.

Блюда из творога 18 ч

Пирожки из тророжного теста с различными начинками. Царская ватрушка. Творожные десерты. Творожная запеканка с ягодной начинкой. Блинчики с творогом. Торт «Творожное полено»

Блюда из рыбы 15ч

Рыба в кляре. Рыба под маринадом с рисом. Уха, рыбный суп. Салат «Селедка под шубой». Суши и роллы.

Пицца 9 ч

Пицца с рыбой. Пицца с курицей. Пицца с грибами

Календарно-тематический план 1 год обучения

№ занятия	Название темы	Количество часов	Дата проведения	
			план	Коррекция
1	Вводное занятие	3	2.09	
Блюда из яблок 15 ч				
2	Блюда из яблок: Шарлотка. Яблоки в тесте. Яблочное варенье. Правил заваривания чая.	3	9.09	
3	Оладьи с яблоками и сметаной. Компот из свежих и сушеных яблок	3	16.09	
4	Фруктовые и овощные салаты с яблоком. Яблочное пюре	3	23.09	
5	Яблочный штрудель. Печеные яблоки	3	30.09	
6	Домашние пирожки с яблочной начинкой.	3	7.10	
Овощи в кулинарных блюдах 21 ч				
7	Салат из свежих овощей: однокомпонентные салаты и сложные салаты. Правила нарезки и подачи салатов.	3	14.10	
8	Салат из вареных овощей. Многослойный салат. Способы украшения блюда.	3	21.10	
9	Карвинг. Способы украшения блюд.	3	28.10	
10	Овощные гарниры. Тушеные овощи.		4.11	
11	Картофель – второй хлеб. Жареная и тушеная картошка. Картофельное пюре	3	11.11	
12	Картофельная запеканка.	3	18.11	
13	Домашние пирожки с картошкой или капустой.	3	25.11	
Блюда Новогоднего стола 12 ч				
14	Рождественские кексы. Салат Оливье	3	2.12	
15	Салат «Новогодние куранты». Лимонный пирог	3	9.12	
16	Фигурное домашнее печенье. Имбирный лимонад.	3	16.12	
17	Салат Цезарь. Торт «Наполеон»	3	23.12	
Блюда из курицы 18 ч				
18	Котлеты Пожарские с гарниром.	3	6.01	
19	Супы на курином бульоне.	3	13.01	
20	Плов с курицей.	3	20.01	
21	Запеченая курочка. Шашлычки из куриной грудки	3	27.01	

2	Жареная курочка. Подбор специй и приправ	3	3.02	
23	Рулетики из филе грудки.	3	10.02	
Блюда из творога 15 ч				
24	Пирожки из тророжного теста с различными начинками.	3	17.02	
25	Царская ватрушка	3	24.02	
26	Творожные десерты. Творожная запеканка с ягодной начинкой.	3	3.03	
27	Блинчики с творогом	3	10.03	
28	Вареники с творогом	3	17.03	
29	Торт «Творожное ролено»	3	24.03	
Блюда из рыбы 15ч				
30	Рыба в кляре	3	7.04	
31	Рыба под маринадом с рисом	3	14.04	
32	Уха, рыбный суп	3	21.04	
33	Салат «Селедка под шубой»	3	28.04	
34	Суши и роллы	3	5.05	
Пицца 9 ч				
35	Пицца с рыбой	3	12.05	
36	Пицца с курицей	3	19.05	
37	Пицца с грибами	3	26.05	
Итого		111		

Тематическое планирование 2 год обучения

Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
Австралийская кухня	3	1	2
Английская кухня.	3	1	2
Белорусская кухня.	3	1	2
Болгарская кухня.	3	1	2
Греческая кухня.	6	2	3
Грузинская кухня.	3	1	2
Еврейская кухня.	3	1	2
Итальянская кухня.	6	2	4
Карельская кухня.	3	1	2
Латвийская кухня.	3	1	2
Мексиканская кухня.	3	1	2
Молдавская кухня.	3	1	2
Немецкая кухня.	3	1	2
Норвежская кухня.	3	1	2
Польская кухня.	3	1	2
Румынская кухня.	3	1	2
Русская кухня.	24	8	16
Украинская кухня.	6	2	4
Французская кухня.	12	5	10
Шведская кухня.	3	1	2
	102	34	68

Содержание программы

Тема Австралийская кухня

Паста яблочная. Парча дошалая (плов) Австралийский летний салат

Тема Английская кухня

Плум-пудинг с изюмом сливочный, сваренный в салфетке . Поридж (овсяная каша). Яйца пашот по-английски. Шепердспай — пастушья запеканка. Салат «Пиккадили». Минс пай — рождественские пирожки

Тема Белорусская кухня.

Суп грибной с ушками белорусский. Драники (оладьи). Яблоки печеные с брусникой

Тема Болгарская кухня.

Шарлотка с яблоками и изюмом. Помидоры, фаршированные хлебом и сыром. Суп из тертого картофеля

Тема Греческая кухня.

Греческий салат. Магирица (греческий пасхальный суп). Греческое печенье. Кипрский омлет. Саламис — рыбное филе по-гречески. Цацики

Тема Грузинская кухня.

Пирог гведзели с сыром и яйцом. Лобио. Солянка по-грузински. Варенье из белого винограда

Тема Еврейская кухня.

Шакшука. Форшмаки. Израильская запеканка

Тема Итальянская кухня.

Ризотто с луком-пореем, грибами и пармезаном. Запеченные помидоры.

Матлот из белой рыбы. Равиоли по-итальянски (пельмени). Пицца.

Фруктовый пирог

Тема Карельская кухня.

Каллимтико (рыба с жареным картофелем). Майаорokka(суп с сушиком).

(Карело-финская кухня). Мусс манный с ревенем

Тема Латвийская кухня.

Оладьи картофельные со сметаной. Буберте (манная каша с взбитыми белками). Рыба в тесте по - латышски

Тема Мексиканская кухня.

Канаве с мясными шариками. Хлебный пудинг с апельсинами. Цыпленок по-мексикански

Тема Молдавская кухня

Аливенч . Голубцы молдавские. Малай (пудинг из кукурузной муки с тыквой)

Тема Немецкая кухня

Цветная капуста, запеченная с хлебом и колбасой. Коврижка с изюмом. Салат по-страсбургски

Тема Норвежская кухня

Норвежский рулет с сыром. Сельдь маринованная. Печенье-ленточки

Тема Польская кухня

Зразы по-польски. Бигос. Торт бутербродный однослойный с разными продуктами

Тема Румынская кухня

Пудинг из цветной капусты. Шарлотка с брынзой. Суп-пюре из помидоров

Тема Русская кухня.

Жареные пирожки с картошкой. Клюквенный кисель. Щи из белокочанной капусты

Суп грибной. Голубцы. Хворосток

Суп с фрикадельками. Сельдь, запеченная в фольге. Блинчики с творогом

Пельмени уральские. Лапшевник. Кулич

Кулебяка с кашей, луком и грибами. Компот из сухих фруктов. Вареники

Русское жаркое . Расстегаи. Слойка пресная

Курник (русский слоеный пирог). Тельное. Блины красные

Котлеты из курицы. Сочни пресные с творогом. Лемешка. Калья из

курицы. Пончики московские. Пасха сырая

Тема Украинская кухня.

Потапцы с помидорами. Толченики. Куриный бульон с пампушками. Украинский борщ. Галушки полтавские к супам. Сиченики. Салат из сладкого перца. Солянка украинская. Котлеты по-киевски

Тема Французская кухня.

Курица, запеченная с рисом и сыром. Суп-пюре грибной. Салат из краснокочанной и белокочанной капусты с рисом и изюмом. Суп жульен. Салат из цветной капусты со сладким перцем и свеклой. Суфле из сыра. Салат из макарон с ветчиной. Соус бешамель. Соус Равигот. Киш с овощами. «Снежки». Омлет. Яблоки фаршированные печеные. Эклеры. Мусс шоколадный. Пирожное «Наполеон»

Тема Шведская кухня.

Кётбулар -тефтели мясные по-шведски. Рыбный воздушный пирог. Котлеты по-шведски

Календарно – тематическое планирование 2 год обучения

№ занятия	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения	
			план	коррекция
1	Инструктаж по охране труда. Знакомство с кулинарией разных стран. Австралийская кухня.	3		
2	Знакомство с кулинарией разных стран. Английская кухня.	3		
3	Знакомство с кулинарией разных стран. Белорусская кухня.	3		
4	Знакомство с кулинарией разных стран. Болгарская кухня.	3		
5	Знакомство с кулинарией разных стран. Греческая кухня. Греческий салат. Магирица (греческий пасхальный суп). Греческое печенье.	3		
6	Греческая кухня. Кипрский омлет. Саламис — рыбное филе по-гречески. Цацики	3		
7	Знакомство с кулинарией разных стран. Грузинская кухня.	3		
8	Знакомство с кулинарией разных стран. Еврейская кухня.	3		
9	Знакомство с кулинарией разных стран. Итальянская кухня. Ризотто с луком-пореем, грибами и пармезаном. Запеченные помидоры. Матлот из белой рыбы.	3		
10	Итальянская кухня. Равиоли по-итальянски (пельмени). Пицца. Фруктовый пирог	3		
11	Знакомство с кулинарией разных стран.	3		

	Карельская кухня.			
12	Знакомство с кулинарией разных стран. Латвийская кухня.	3		
13	Знакомство с кулинарией разных стран. Мексиканская кухня.	3		
14	Знакомство с кулинарией разных стран. Молдавская кухня.	3		
15	Знакомство с кулинарией разных стран. Немецкая кухня.	3		
16	Знакомство с кулинарией разных стран. Норвежская кухня.	3		
17	Знакомство с кулинарией разных стран. Польская кухня.	3		
18	Знакомство с кулинарией разных стран. Румынская кухня.	3		
19	Знакомство с кулинарией разных стран. Русская кухня. Щи из белокочанной капусты. Жареные пирожки с картошкой. Клюквенный кисель	3		
20	Русская кухня. Суп грибной. Голубцы. Хворосток	3		
21	Русская кухня. Суп с фрикадельками. Сельдь, запеченная в фольге. Блинчики с творогом.	3		
22	Русская кухня. Пельмени уральские. Лапшевник. Кулич	3		
23	Русская кухня. Кулебяка с кашей, луком и грибами. Компот из сухих фруктов Вареники	3		
24	Русская кухня. Русское жаркое. Расстегаи. Слойка пресная	3		
25	Русская кухня. Курник (русский слоеный пирог). Тельное. Блины красные	3		
26	Русская кухня. Котлеты из курицы. Сочни пресные с творогом. Лемешка	3		

27	Русская кухня. Калья из курицы. Пончики московские. Пасха сырая	3		
28	Знакомство с кулинарией разных стран. Украинская кухня. Потапцы с помидорами Толченики Куриный бульон с пампушками	3		
29	Украинская кухня. Украинский борщ Галушки полтавские к супам. Сиченики	3		
30	Украинская кухня. Салат из сладкого перца Солянка украинская Котлеты по-киевски	3		
31	Знакомство с кулинарией разных стран. Французская кухня. Курица, запеченная с рисом и сыром Суп-пюре грибной. Салат из краснокочанной и белокочанной капусты с рисом и изюмом	3		
32	Французская кухня. Суп жульен Салат из цветной капусты со сладким перцем и свеклой Суфле из сыра	3		
33	Французская кухня. Салат из макарон с ветчиной Соус бешамель Соус Равигот	3		
34	Французская кухня. «Снежки» Омлет Яблоки фаршированные печеные	3		
35	Французская кухня. Эклеры Мусс шоколадный Пирожное «Наполеон»	3		
36	Знакомство с кулинарией разных стран. Шведская кухня.	3		

Методическое обеспечение программы

Раздел	Форма занятия	Методы обучения	Дидактические материалы	Техническое оснащение	Подведение итогов
Изделия из теста и напитки	Теория + практика	Словесные Наглядные практические	Таблицы Иллюстрации Раздаточный материал	Электроплита с жарочным шкафом Посуда кухонная и столовая Столовые приборы Формы для выпечки Разделочные доски	Участие в районной выставке ко дню города Участие в предметной олимпиаде по технологии
Салаты и закуски	Теория + практика	Словесные Наглядные практические	Таблицы Иллюстрации Раздаточный материал	Посуда кухонная и столовая Приборы, разделочные доски, терки, ножи	Участие в школьной предметной неделе
Вторые блюда	Теория + практика	Словесные Наглядные практические	Таблицы Иллюстрации Раздаточный материал	Электроплита с жарочным шкафом Посуда кухонная и столовая Столовые приборы Формы для выпечки Разделочные доски, электромясорубка	Участие в ярмарке талантов
Первые блюда	Теория + практика	Словесные Наглядные практические	Таблицы Иллюстрации Раздаточный материал	Электроплита, Посуда кухонная и столовая Приборы, разделочные доски, терки, ножи	

Материально – техническое обеспечение:

- стол ученический 1- местный регулируемый (15 шт)
- стол сервировочный (4 шт)
- табурет (12 шт)
- стол разделочный (2 шт)
- стул ученический регулируемый (15 шт)
- шкаф для наглядных пособий (1 шт)
- стенд демонстрационный (1шт)
- стол для преподавателя прямой (1 шт)
- стул для преподавателя (1 шт)
- тумба под плакаты (1 шт)
- тумба под оргтехнику (1 шт)
- тумба для стола преподавателя (1 шт)
- Кухонный гарнитур, рассчитанный на две бригады (с двумя мойками, столами с выдвижными ящиками, двумя сушильными шкафами для посуды, навесными шкафами для столовой посуды, столами с открывающимися дверками и вытяжным фильтром)
- доска передвижная (1 шт)
- доска пробковая (1 шт)
- жалюзи(4шт)
- посудомоечная машина (1 шт)
- электрическая плита с духовкой (1 шт)
- микроволновая печь (1 шт)
- холодильник (1шт)
- миксер (1шт)
- электрический чайник (1шт)
- разделочные доски (6 шт)
- столовая посуда:

Наименование	Количество, шт
Тарелка глубокая	19
Тарелка мелкая	21
Салатник	4
Хлебница	1
Кувшин для воды маленький	4
Ложка столовая	21
Вилка столовая	21
Нож столовый	21
Ложка чайная	21
Кружка чайная	14
Салфетница	4
Поднос	3
Кастрюля 3 л с крышкой	2

Сковорода с крышкой	2
Ковш с крышкой	2
Миска	2
Набор ножей	2
Набор кухонных принадлежностей	2
Доски разделочные	4
Венчики	2
Яйцерезка	1
Кружка - сито	1
Ключ - консервовскрыватель	1
Набор для специй	1

Таблицы:

1. Первичная обработка продуктов
2. Форма нарезки продуктов
3. Приемы тепловой обработки продуктов
4. Соотношение меры и массы некоторых продуктов
5. Схема приготовления мясного бульона
6. Схема приготовления заправочного супа
7. Схема приготовления мясных котлет
8. Схема приготовления отварной и жареной рыбы
9. Схема приготовления сырников
- 10.Схема приготовления омлета
- 11.Схема приготовления каши
- 12.Схема приготовления дрожжевого теста
- 13.Схема приготовления песочного теста
- 14.Схема приготовления теста для блинов, блинчиков и оладий.
- 15.Схема приготовления винегрета
- 16.Организация рабочего места и правила техники безопасности
- 17.Хранение продуктов
- 18.Витамины, жиры, белки, углеводы, минеральные вещества
- 19.Столовая посуда
- 20.Правила поведения за столом

