

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №3 г.Малгобек»

РАССМОТРЕНО

Решение

Педагогического совета

Протокол №1 от 1

28. 08 2025 г



г.Малгобек

А.С. Албакиров

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая

Программа «Кулинария»

Социально-педагогической направленности

Вид программы :Модифицированная

Одноуровневая

Базового Уровня

Тип программы: модульная

Срок реализации: 1 год (108 часов)

Возраст обучающихся :11-18 лет

Форма обучения :очная

Автор составитель педагог дополнительного образования Шадиева З.С

Пояснительная записка

Нормативно-правовой основой формирования плана дополнительного образования является:

- Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2013 № 30468);
- Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 года № 2106, зарегистрированы в Минюсте России 02 февраля 2011 года, регистрационный номер 19676);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН- 2.4.2.№2821- 10, «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрированы в Минюсте России 03 марта 2011 года);
- Методические письма института развития образования;
- Устав ГБОУ «СОШ №3 г.Малгобек»;
- Локальные акты ГБОУ «СОШ №3 г.Малгобек.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная программа «Кулинария» имеет техническую направленность.

Уровень программы – базовый.

Актуальность. Вопросы сбалансированного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания в жизни будет способствовать воспитанию физически нравственно здорового поколения, развитию у учащихся чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое. Программа предусматривает формирование у учащихся общеучебных и профессиональных умений и навыков универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области технологии приготовления пищи.

Отличительная особенность

В связи с совершенствованием формирования профессиональных компетенций по темам более подробно и доступно рассматриваются механическая кулинарная обработка сырья, приготовление полуфабрикатов, рецептура, приготовление, подача, требования к качеству, условия и сроки

хранения блюд, напитков и кулинарных изделий, а также понятия и определения для более качественного овладения профессиональными навыками.

Педагогическая целесообразность. В процессе изучения кулинарии основное внимание уделяется не передаче суммы готовых знаний, знакомству с методами познания кулинарного искусства, а решению ситуационных задач, требующих от учащихся самостоятельной деятельности по их разрешению.

Применение различных форм и способов организации учебных занятий направленно на модернизацию учебного процесса, что способствует совершенствованию и конструктивному изменению процесса обучения. Для проведения занятий разработан раздаточный материал, электронные презентации, рабочие тетради, практические задания.

Смена форм занятий позволяет на основе новых теоретико-методологических подходов получить эффективный механизм обучения и взаимодействия взаимосвязанных образовательных процессов, представляющих собой совокупность радикальных инноваций учебной деятельности.

Концепция непрерывного умственного развития учащихся в процессе целенаправленного обучения через активные методы сознательного усвоения знаний, является приоритетом форм и способов организации учебных занятий.

Адресат: Учащиеся 5-11 классов в возрасте 11-18 лет.

Объемы и сроки реализации: Занятия проводятся с 1 сентября по 31 мая (включая каникулярное время, кроме выходных и праздничных дней). Теория – 38 часов, практика – 70 часов.

Режим занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа с 1 перерывом в 5 минут. Академический час – 45 минут.

Наполняемость группы: максимальная наполняемость группы – 15 человек. Количество групп – 6.

Форма обучения: очная.

Формы занятий: групповые.

Цели и задачи

Цели обучения по предмету «Кулинария», заключаются в:

- освоении знаний и умений о способах механической, тепловой кулинарной обработки сырья,
- освоении знаний и умений о приготовлении полуфабрикатов, пищевой ценности сырья и готовой продукции,
- обучение технологиям приготовления, оформлении и подачи блюд, а также о требованиях к качеству, условиям и срокам хранения сырья, полуфабрикатов и готовой продукции.

Изучение кулинарии в образовательных учреждениях направленно на выполнение следующих задач:

Обучающие:

- познакомить с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов;

-познакомить с сущностью сбалансированного питания, организацией труда при приготовлении пищи;

- обучить технологии приготовления основных блюд национальных кулинарий;

- приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности.

Личностные:

- научить сотрудничать со сверстниками,

доброжелательной бесконфликтно общаться, прислушиваться к мнению других;

- способствовать развитию уверенности в себе и самостоятельности;

- развить стремление к взаимодействию и сотрудничеству.

Предметные:

- способствовать развитию творческой активности через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого;

- способствовать развитию эстетического восприятия и творческого воображения;

- способствовать развитию коммуникативных умений и навыков учащихся

Метапредметные:

- способствовать воспитанию и формированию устойчивого интереса учащихся к техническому творчеству;

- способствовать воспитанию и формированию общей информационной культуры у учащихся;

- воспитать упорство и настойчивость к достижению поставленных целей и задач.

Воспитательные:

- воспитать трудолюбие, аккуратность;

- привить навыки работы в группе;

- сформировать любовь и уважение к традициям национальной и любой другой кухни;

Воспитательный потенциал:

Воспитание духа сотрудничества в процессе выполнения задач, уважительного отношения к мнению окружающих, обоснованности высказываемой позиции, готовности к морально-этической оценке использования научных достижений, уважения к творцам науки, обеспечивающим ведущую роль технологии приготовления пищи и контролю качества блюд в процессе целенаправленного формирования личности в целях подготовки ее к активной общественной, Производственной деятельности и культурной жизни.

Ожидаемые результаты.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- вести процесс механической обработки сырья: овощей, круп, мясных и рыбных продуктов, производить заправку с/х птицы для тепловой обработки, подготавливать рыбу для тепловой обработки;

- изготавливать блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки и средней сложности;
- варить картофель и другие овощи, бобовые, макаронные изделия, яйца;
- варить бульоны и супы;

- готовить вторые блюда из овощей, рыбы, рыбопродуктов, мяса и мясопродуктов, с/х птицы, кролика в вареном, тушеном, жареном и запеченном виде;

- жарить картофель, овощи, изделия из котлетной массы (овощной, мясной, рыбной), блины, оладьи, блинчики;

- запекать овощные и крупяные изделия;

- готовить различные виды пассеровок и соусов;

- готовить горячие и холодные напитки;

- готовить сладкие блюда и мучные изделия: вареники, пельмени, лапшу домашнюю

- процеживать, протирать, замешивать, измельчать, формовать, фаршировать изделия;

- готовить бутерброды, блюда из полуфабрикатов, консервов и концентратов;

- выполнять порционирование, раздачу блюд массового спроса;

- определять качество приготовленной пищи, предупреждать и устранять ее недостатки.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- правила механической кулинарной обработки сырья и продуктов и требования к качеству полуфабрикатов из них;

- рецептуру, технологию приготовления, правила раздачи, требования к качеству, условия и сроки хранения блюд и кулинарных изделий;

- виды, свойства и кулинарное назначение овощей, грибов, круп, бобовых, макаронных изделий, творога, яиц, полуфабрикатов из котлетной массы, теста, консервов, концентратов и т.д.; признаки и органолептические методы определения их доброкачественности;

- правила, приемы и последовательность выполнения операций по их подготовке к тепловой обработке;

- влияние кислот, солей, жесткости воды на продолжительность тепловой обработки продуктов;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Форма занятия	Содержание	Кол-во часов.			Форма аттестации и контроля
				всего	теор	практ	
1.	Вводное занятие	Беседа. Работа в тетради. Работа с раздаточным материалом.	Теория: Правила санитарии и гигиены Правила безопасности кулинарных работ. Кухонная и столовая посуда. Правила этикета.	3	3	0	Наблюдение
2.	Холодные блюда, салаты, бутерброды -	Инструктаж. Работа в тетради. Презентация. Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	Теория: Значение овощей в питании. Первичная и тепловая обработка овощей, правила и условия хранения, сроки годности. Виды бутербродов, способу оформления Практика: Приготовление салатов и бутербродов.	12	4	8	Наблюдение
3.	Блюда из яиц	Инструктаж. Работа в тетради. Работа с раздаточным материалом Презентация. Практическое занятие Дегустация	Теория: Пищевая ценность яиц, первичная обработка, определение свежести. Практика: Приготовление блюд из яиц	9	3	6	Наблюдение
4.	Молоко и молочные	Инструктаж. Работа в	Теория. Разнообразие и	12	4	8	Наблюдение

	продукты	тетради. Презентация. Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	значение молочных и кисломолочных продуктов в рационе. Молочные продукты в кухнях разных народов. Лечебно- профилактические использование кисломолочных продуктов Пищевая и кулинарная ценность творога. Практика. Приготовление блюд из молока и кисломолочных блюд .				
5.	Мучные блюда	Инструктаж. Работа в тетради. Презентация. Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	Теория. Разнообразие способов приготовления теста. Понятие о калорийности. Дрожжи, и их применение, свойства и польза дрожжей. Практика. Приготовление блюд из дрожжевого и бездрожжевого теста.	21	7	14	Наблюдение
6.	Дары моря	Инструктаж. Работа в тетради.	Теория: Разнообразие и польза	9	3	6	Наблюдение

		Презентация, Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	морепродуктов, блюда из рыбы. Практика: Приготовление блюд из рыбы				
7.	Сладкие блюда и десерты	Инструктаж, Работа в тетради. Презентация, Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	Теория: Понятие, значение и разнообразие видов десертов. Практика: Приготовление сладких блюд.	12	4	8	Наблюдение
8.	Фрукты и ягоды	Инструктаж, Работа в тетради. Презентация, Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	Теория. Значение фруктов и ягод в рационе. Витамины и минералы, их роль в организме человека. Способы хранения, приготовления и подачи блюд из фруктов и ягод Практика. Приготовление блюд из ягод и фруктов.	9	3	6	Наблюдение
9.	Горячие и холодные напитки	Инструктаж, Работа в тетради. Презентация, Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	Теория. Потребность человека в жидкости «Полезные» и «вредные» напитки. Традиции разных народов.	9	3	6	Наблюдение

			Практика. Приготовление напитков.				
10	Закрепление пройденного материала	Инструктаж, Работа в тетради. Презентация, Работа с раздаточным материалом Практическое занятие Дегустация	Теория: Кухни народов мира. Правильное питание и ЗОЖ. «Кухонные хитрости» Практика: Приготовление блюд.	12	4	8	Наблюдение
	Итоговое занятие	Инструктаж, Презентация, Практическое занятие Дегустация	Накрываем чайный стол	3	0	3	Оценочная система в рамках «Кулинарного подлинки»
	Итого:	108 часов					

**Календарно-тематический график и содержание уроков объединения
дополнительного образования «Кулинария»**

№	Наименование темы	Предварительная дата	Количество часов			Форма контроля
			всего	теор	прак т	
1	Вводное занятие		3	3	0	Наблюдение
	Правила санитарии и гигиены. Правила безопасности кулинарных работ. Кухонные принадлежности и столовая посуда. Основные правила сервировки стола. Понятие этикет.					
2	Холодные блюда, салаты, бутерброды					
	Теория. Овощи: первичная обработка овощей значение овощей в питании человека. Практика. Салат из свежих овощей «Витаминный».		3	1	2	Наблюдение
	Теория. Правила хранения продуктов Тепловая обработка овощей. Практика. Салат из отварных овощей. «Винегрет».		3	1	2	Наблюдение
	Теория. Основы рационального питания.		3	1	2	

	Практика. Салат сборный «Мимоза».				
	Теория. Сроки годности продуктов. Виды бутербродов, приемы оформления. Практика. Открытые бутерброды и канапе.	3	1	2	Наблюдение Наблюдение
3	Блюда из яиц				
	Теория. Пищевая ценность яиц в рационе, Практика Яйца варенные: «в крутую», «в мешочек»	3	1	2	Наблюдение
	Теория Способы определения свежести яиц. Практика. Яичница- глазунья «По - французски».	3	1	2	Наблюдение
	Теория. Широкое применение яиц в кулинарии. Практика. «Омлет с зеленью»	3	1	2	Наблюдение
4	Молоко и молочные продукты				
	Теория. Разнообразие молочных продуктов Значение молока и молочных продуктов в рационе.	3	1	2	Наблюдение

	Практика. Кипячение молока, приготовление какао напитка, современные способы приготовления топленого молока.				
	Теория. Молочные и кисломолочные продукты в кухнях разных народов. Практика. Приготовление кисломолочных национальных блюд: Русская ряженка.	3	1	2	Наблюдение
	Теория. Лечебно-профилактические использование кисломолочных продуктов. Практика готовим домашний творог.	3	1	2	Наблюдение
	Теория. Творог. Пищевая и кулинарная ценность творога. Практика. Приготовление сырников.	3	1	2	Наблюдение
5	Мучные блюда				
	Теория. Разнообразие способов приготовления теста. Практика. Приготовление	3	1	2	Наблюдение

башкирских пресных лепешек «Яйма».					
Теория. Понятия: калории, калорийность. Практика. Оладьи бездрожжевые.		3	1	2	Наблюдение
Теория: Правила приготовления слоеного теста. Практика. Приготовление круассанов с шоколадной начинкой.		3	1	2	Наблюдение
Теория. Дрожжи: значение, применение дрожжей в мучных блюдах. Практика. Оладьи дрожжевые		3	1	2	Наблюдение
Теория. «Новогодние хлопоты». Блюда праздничные и повседневные. Помогаем накрывать праздничный стол. Эстетика праздничного стола. Практика: Сладкие булочки с несколькими видами начинок.		3	1	2	Наблюдение

	Теория: «Капризы» дрожжевого теста Практика Дрожжевые пирожки и пончики		3	1	2	Наблюдение
	Теория: Продолжение темы дрожжевого теста. Практика: Идеальное тесто для пиццы. Приготовление пиццы «Маргарита»		3	1	2	Наблюдение
6	Дары моря					
	Теория: Разнообразие и польза морепродуктов. Практика. Рыба в кляре.		3	1	2	Наблюдение
	Теория консервированные рыбные продукты. Практика: Паштет из консервированного тунца.		3	1	2	Наблюдение
7	Сладкие блюда и десерты					
	Теория: Понятие десерт, разнообразие видов десерта. Практика. Приготовление кондитерской колбаски.		3	1	2	Наблюдение

	Теория: Значение десерта в рационе. Практика. Десерт из кукурузных палочек «Муравейник»		3	1	2	Наблюдение
	Теория: Основные правила при приготовлении бисквитов. Практика. Десерт шоколадный бисквит с ягодами.		3	1	2	Наблюдение
	Теория: Ошибки в приготовлении меренги. Практика. Десерт Павловой.		3	1	2	Наблюдение
8	Фрукты и ягоды					
	Теория. Фрукты и ягоды. Способы Декора и подачи фруктовой нарезки Практика. Поздравляем маму Художественная нарезка фруктов.		3	1	2	Наблюдение
	Теория. Значение фруктов и ягод в рационе человека. Практика. Фруктовый салат.		3	1	2	Наблюдение
	Теория. Способы заготовки фруктов и ягод.		3	1	2	Наблюдение

	Практика. Компот из фруктов и ягод.				
	Теория. Витамины и минералы: их роль в организме человека. Практика. Фруктово-ягодный кисель.	3	1	2	Наблюдение
9	Горячие и холодные напитки				
	Теория. Вода и другие напитки. Практика. Напиток из лимона и мелиссы.	3	1	2	Наблюдение
	Теория. Традиции чаепития разных народов. Практика: Завариваем чай.	3	1	2	Наблюдение
	Теория. «Полезные» и «вредные» напитки. Практика. Ягодный морс.	3	1	2	Наблюдение
10	Закрепление пройденного материала				
	Теория. Фаст-фуд – вред и польза. Практика. Горячие бутерброды с мясной котлетой и дрожжевыми булочками.	3	1	2	Наблюдение
	Теория: Польза пшеницы, ее виды и сорта.	3	1	2	Наблюдение

	Практика. Пшеничная паста с курицей.				
	Теория: Ценность и применение различных видов орехов.	3	1	2	Наблюдение
	Практика. Ореховый рулет.				
11	Итоговое занятие				
	Накрываем чайный стол. Конкурс «Кулинарный поединок».	3	0	3	Оценки

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Кулинария» осуществляется в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися творческих заданий в рамках итогового мероприятия «Кулинарный поединок».

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
Подготавливать к работе и убирать рабочее место, помещение, оборудование для приготовления пищи	Практическая работа
Выбирать и обрабатывать качественное сырье для приготовления пищи и напитков не сложного приготовления учетом их энергетической ценности	Практическая работа
Приготавливать горячие, холодные блюда, закуски, напитки и изделия из теста	Практическая работа
Порционировать и подготавливать блюда для подачи	Практическая работа
Знания:	
Смысл понятий и терминов и технологических определений:	Практическая работа
Правила механической кулинарной обработки сырья и продуктов и требования к качеству полуфабрикатов из них.	Практическая работа
Рецептуры, технологии приготовления, требования к качеству, правила подачи и условия хранения блюд	Практическая работа
Виды, свойства и кулинарное назначение картофеля, овощей грибов, бобовых, макаронных изделий, творога, яиц.	Практическая работа
Правила, приемы, последовательность выполнения операций по их подготовке к тепловой обработке	Практическая работа

Условия реализации учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение:

Учебный кабинет «Кулинария».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места -12;
- рабочее место преподавателя;
- раздаточный материал, методические пособия

Учебный кулинарный цех.

Оборудование учебного кулинарного цеха:

- рабочие места – 12;
- плита электрическая со встроенным жарочным шкафом, холодильник, микроволновка, производственный стол, комплект инвентаря и посуду

Учебно-информационное обеспечение материала:

Список литературы:

1. Н.А. Анфимова «Кулинария», учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Изд. центр «Академия», 2017. – 400 с.
2. Барановский «Повар», учебное пособие. – М.: Изд. центр «Академия», 2008. – 284 с.
3. Н.Г. Бутейкис. «Технология приготовления мучных кондитерских изделий», учебник для НПО, учеб. пособие для СПО: - 7-е изд., М., «Академия», 2009. – 304 с.
4. Здобнов А.И., Цыганенко В.А. «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания». – К.:ООО «Издательство Арий», М.: ИКТЦ «Лада», 2009. – 680 с.: ил.
5. Татарская Л.Л., Анфимова Н.А. «Лабораторно-практические работы для поваров и кондитеров», учеб. пособие. М., ОИЦ «Академия», 2009. – 112 с.
6. Усова Ю. «Как украсить блюда». М., ЭКСМО, 2008. – 120 с.
7. Беляев Н.В. «Большой рецептурный кулинарный словарь». - Мн.: Современный литератор, 2000. – 752 с.
8. Гайкова М. «Блюда из картофеля». Харьков, 2007. – 159 с.
9. Ефремов Е.В. «Сборник рецептов для повара», учебный курс. Ростов н/Д: Феникс, 2001. – 448 с.
10. Ковалев Н.И., Сальникова Л.К. «Технология приготовления пищи», учебник. – М.: Экономика, 1988. – 303 с.
11. Кудян А.Н., Кудян В.А., Макаревич А.И. «Все о продуктах от А до Я», энциклопедия здорового питания. - Ростов-н/Д: «Феникс», 2004. – 480 с.
12. Лившиц Ю.А. «Тайны продуктов питания». М.: Изд. «Пищевая промышленность», 1975. – 216 с.

13. Лобо М.Э. «Украшения из овощей и фруктов». М., «АРТ-РОДНИК», 2007. – 128 с.
14. Микитюк А.А. «Азбука питания». Харьков, «Фолио», 1998. – 490 с.
15. Похлебкин В.В. «Кулинарный словарь». – М.: ЗАО Центрполиграф, 2006. – 503 с. – (Классика кулинарного искусства).
16. Старостина Л.А. «Рыбные блюда». М., Экономика, 1984. – 144 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.gotovim.ru/>
2. <http://www.kedem.ru/>