Управление образования администрации

муниципального образования Кандалакшский район

Муниципальное автономное учреждение

дополнительного образования

«Центр развития творчества детей и юношества»

муниципального образования Кандалакшский район

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании  методического совета  от 25 апреля 2022 года  Протокол № 5 | Утверждена приказом директора  МАУ ДО ЦРТДиЮ  от 25 апреля 2022 года № 65  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Е.С. Соколова |

Дополнительная

общеобразовательная общеразвивающая программа

социально-гуманитарной направленности

«Кухня народов мира»

Возраст обучающихся: 8 -13 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

Молодан Екатерина Дмитриевна

п.г.т. Зеленоборский

2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Кухня народов мира» социально-гуманитарной направленности** разработана на основе авторской дополнительной общеобразовательной программы социально-гуманитарной направленности «Кухни народов мира» педагога дополнительного образования Озеловой Н.А.

Программа составлена в соответствии:

- с Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- с приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- с письмом Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утв. Постановлением Главного государственного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2.

**Новизна программы.** Занятия по данной программе помогут расширить и углубить знания о профессиях, связанных с питанием человека, и позволят углубить начальные навыки по приготовлению пищи, познакомит с народами мира и их традициями. Программа будет реализовываться впервые.

**Актуальность программы** заключается в развитии у ребенка социально значимых умений, так же помогает сформировать первичные навыки в кулинарии, поведении за столом, способствует развитию самостоятельности, раскрытию творческого потенциала, привить любовь к труду и дает возможность ознакомиться с историей разных стран через кулинарию. Программа составлена на основе пожелания родителей и детей.

**Педагогическая целесообразность.** В процессе обучения ребенок приобретает навыки самостоятельной деятельности, через кухню узнает немаловажные исторические факты разных стран, приучается к труду и коллективной работе для получения максимально эффективного результата, развивает вкусовое восприятие и творческое мышление. Полученные знания и умения могут способствовать выбору специальности.

**Цель программы:** развитие творческих способностей обучающихся через приготовление блюд.

**Задачи:**

* познакомить обучающихся с культурными ценностями национальных кухонь;
* познакомить с организацией труда и техникой безопасности, правилами санитарии при приготовлении блюд;
* обучить технологии приготовления блюд разных стран;
* обучить оформлению и красивой подаче блюд, правилам поведения за столом;
* развить эстетическое восприятие и творческое воображение;
* воспитать целеустремленность, настойчивость и последовательность в своей деятельности;
* воспитать самостоятельность, аккуратное и качественное выполнение своей работы;
* привить навыки работы в группе;
* воспитывать трудолюбие и усердие.

**Отличительные особенности** данной программы от исходной заключаются в акценте на кухни разных стран. Программа включает в себя приготовление простых в исполнении изделий, а также способы их подачи.

**Возраст обучающихся,** участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы8 - 13 лет. В группу могут приниматься дети с ОВЗ.

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы.** Программа рассчитана на 1 год обучения, 72 часа.

**Форма реализации программы.**

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности обучающихся – групповая.

Виды занятий:

- практические занятия (практикум);

- теоретические занятия (беседы, презентации, видео);

- диагностические (тестирование).

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа. Академический час – 45 минут.

**Уровень сложности программы** – стартовый.

**Количество обучающихся в группе.**

Предельная наполняемость составляет 10 человек в группе, минимальная – 8 человек.

**Условия реализации программы.**

Программа планирует софинансирование за счет внебюджетных средств. Занятия проходят в оборудованном кабинете технологии, где имеются электроплита с духовым шкафом, холодильник, микроволновая печь, набор посуды, инвентаря, набор защитной одежды (халаты, шапочки, перчатки). Обучающиеся под руководством педагога и с небольшой его помощью смогут приготовить блюда любой сложности.

Ожидаемые результаты.

По окончании обучения обучающиеся ***должны знать****:*

* правила санитарии, гигиены, безопасной работы при приготовлении блюд;
* основы правильного питания;
* назначение и правила использования оборудования и кухонного инвентаря;
* традиционные блюда кухонь разных стран мира;
* технологию и способы приготовления;
* правила дегустации блюд.

По окончании обучения обучающиеся ***должны уметь:***

* соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;
* рассчитывать калорийность готовых изделий;
* определять количество продуктов и выполнять технологические операции по обработке продуктов с соблюдением безопасных приёмов работы;
* работать с кухонным оборудованием;
* уметь составлять меню;
* определять качество продуктов;
* готовить различные блюда;
* оформлять готовое изделие;
* использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

**Критерии и способы определения результативности.**

* педагогическое наблюдение;
* педагогический анализ результатов тестирования;
* качество приготовления блюд.

**Форма подведения итогов -** итоговое занятие**.**

**Сведения о документе, предоставляемом по результатам освоения образовательной программы.**

При успешном завершении обучения по программе обучающемуся выдаётся свидетельство установленного образца по заявлению совершеннолетнего обучающегося или родителя несовершеннолетнего обучающегося (законного представителя).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Всего часов | В том числе  часов | | Формы  контроля/  аттестации |
| Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | **2** | **2** | **-** |  |
| 2. | Общее понятие о правильном, сбалансированном питании, расчет калорийности блюд. Значение вкуса, цвета, внешнего вида и запаха для восприятия блюда | **2** | **1** | **1** | Наблюдение |
| 3. | История возникновения профессии повар. Инвентарь, посуда для приготовления различных блюд. Понятие этикета за столом, сервировка стола | **2** | **1** | **1** | Наблюдение |
| 4. | Традиционная кухня Кольского севера,  История, традиции, популярные блюда | **2** | **1** | **1** | Наблюдение |
| 5. | Многонациональная кухня | **60** | **7** | **53** | Наблюдение |
| 5.1 | Традиционная русская кухня | 12 | 1 | 11 | Наблюдение |
| 5.2 | Итальянская кухня | 8 | 1 | 7 | Наблюдение |
| 5.3 | Французская кухня | 8 | 1 | 7 | Наблюдение |
| 5.4 | Грузинская кухня | 8 | 1 | 7 | Наблюдение |
| 5.5 | Американская кухня | 8 | 1 | 7 | Наблюдение |
| 5.6 | Японская кухня | 6 | 1 | 5 | Наблюдение |
| 5.7 | Австрийская кухня | 10 | 1 | 9 | Наблюдение |
| 6. | Меню | **2** | **1** | **1** | Наблюдение |
| **7.** | Итоговое занятие | **2** | **2** | - |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Всего: | 72 | 15 | 57 |  |

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. **Вводное занятие – 2 часа.**

*Теоретические занятия*– *2 часа.*

Общие сведения об объединении. Ознакомление с содержанием программы и режимом занятий. Правила поведения и ТБ. Требования безопасности труда на учебных местах. Основные правила электробезопасности. Пожарная безопасность. Причины травматизма. Виды травм, меры предупреждения травматизма. Организация рабочего места. Правила гигиены и санитарии. Личная гигиена. Значения соблюдения правил личной гигиены. Уход за кожей тела, рук, ногтями, волосами. Правила мытья и дезинфекции рук. Требования к санитарной одежде, её хранение.

1. **Общее понятие о правильном, сбалансированном питании - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Общее понятие о правильном питании, гигиене и санитарии. Влияние внешнего вида, вкуса, запаха, культуры подачи блюд на усвояемость организмом. Суточный расход энергии. Факторы, влияющие на обмен веществ. Суточная норма, калорийность. Рациональное сбалансированное питание. Режим питания.

*Практическое занятие – 1 час.*

Практикум по расчету калорийности блюд.

1. **История возникновения профессии повар. Инвентарь. Этикет – 2 часа.**

*Теоретическое занятие* – *1 час.*

История возникновения профессии повар. Инвентарь, посуда для приготовления различных блюд, правила использования, хранения, маркировки. Понятие этикета за столом, сервировка стола.

*Практическое занятие – 1 час.*

Практикум по сервировке стола.

1. **Традиционная кухня Кольского севера- 2 часа.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История, традиции, популярные блюда нашего края, способы приготовления, используемые ингредиенты, современная кухня. Фестиваль Арктическая кухня как бренд Мурманской области.

*Практическое занятие*-*1час.*

Приготовление калиток. Технологическая карта. Техника безопасности.

1. **Многонациональная кухня – 58 часов.**

**5.1 Традиционная русская кухня – 12 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда, исторические факты и события. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

Традиционные закуски русского стола.

*Практические занятия-11часов.*

Приготовление трех видов закусок, козуль, борща, драников, растягаев, торта «Птичье молоко».

**5.2 Итальянская кухня - 8 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда, культурные ценности национальной кухни. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

*Практические занятия-7часов.*

Приготовление аранчини, пасты, пиццы, пана-коты.

**5.3 Французская кухня – 8 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда, популярные достопримечательности. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

*Практические занятия-7часов.*

Приготовление сырного супа, волованов, киша, эклеров.

**5.4 Грузинская кухня – 8 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда, интересные факты из прошлого. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

*Практические занятия-7часов.*

Приготовление пхали, харчо, хачапури, пахлавы.

**5.5 Американская кухня – 8 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда, культурные ценности страны. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

*Практические занятия-7часов.*

Приготовление салата Цезарь, нагетсов, бургера, чизкейка.

**5.6 Японская кухня – 6 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда, историческая записка. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

*Практические занятия-5часов.*

Приготовление якисоба, гедза, ролов.

**5.7 Австрийская кухня – 10 часов.**

*Теоретическое занятие-1час.*

История возникновения, популярные блюда. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности.

*Практические занятия-9часов.*

Приготовление венских булочек, вафель, босна, торта Захер.

**6** **Меню – 2 часа.**

*Теоретическое занятие-1час.*

Составление меню, подбор ингредиентов, составление списка для покупок, тайминг.

*Практическое занятие-1час.*

Составление меню на неделю.

**7. Итоговое занятие – 2 часа.**

*Теоретические занятия – 2 часа.*

Подведение итогов обучения. Выдача свидетельств об обучении. Рекомендации к дальнейшему продолжению обучения. Обзор профессий. Обзор учебных заведений по специальности «Повар». Рекомендации по открытию заведения общепита. Тестирование (Приложение 1).

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | **Тема** | **Количество часов** | | | **Форма контроля** |
| **всего** | **теория** | **практика** |
| 1 | Сентябрь 2022 | Вводное занятие | **2** | 2 | - | Наблюдение |
| 2 | Сентябрь 2022 | Общее понятие о правильном, сбалансированном питании, расчет калорийности блюд. Значение вкуса, цвета, внешнего вида и запаха для восприятия блюда | **2** | 1 | 1 | Наблюдение |
| 3 | Сентябрь 2022 | История возникновения профессии повар. Инвентарь, посуда для приготовления различных блюд. Понятие этикета за столом, сервировка стола | **2** | 1 | 1 | Наблюдение |
| 4 | Октябрь 2022 | Традиционная кухня Кольского севера,  История, традиции, популярные блюда | **2** | 1 | 1 | Наблюдение |
| 5 | Октябрь, Ноябрь 2022 | Традиционная русская кухня | **12** | 1 | 11 | Наблюдение |
| 6 | Ноябрь,  Декабрь 2022 | Итальянская кухня | **8** | 1 | 7 | Наблюдение |
| 7 | Декабрь 2022  Январь 2023 | Французская кухня | **8** | 1 | 7 | Наблюдение |
| 8 | Январь,  Февраль 2023 | Грузинская кухня | **8** | 1 | 7 | Наблюдение |
| 9 | Февраль,  Март 2023 | Американская кухня | **8** | 1 | 7 | Наблюдение |
| 10 | Март,  Апрель 2023 | Японская кухня | **6** | 1 | 5 | Наблюдение |
| 11 | Апрель,  Май 2023 | Австрийская кухня | **10** | 1 | 9 | Наблюдение |
| 12 | Май 2023 | Меню | **2** | 1 | 1 | Наблюдение |
| 13 | Май 2023 | Итоговое занятие | **2** | 2 | - |  |
|  |  | **Итого:** | **72** | **15** | **57** |  |

**Методическое обеспечение программы**

Для организации образовательного процесса по программе используются следующие методы обучения:

* словесные (объяснение, беседа, рассказ);
* наглядные (демонстрация, презентации);
* практические (практикумы).

Общедидактические методы:

* репродуктивный;
* объяснительно-иллюстративный.

Для реализации программы используются образовательные технологии и методики:

* дифференцированного и индивидуального обучения для развития мотивации к учению, обучение на индивидуальном уровне;
* ИКТ для повышения эффективности учебного процесса;
* личностно-ориентированное обучение для раскрытия и развития индивидуально-личностных качеств ученика;
* системно-деятельностный подход для самостоятельного успешного усвоения новых знаний учеником.

Программа обеспечена разработками, планами, конспектами каждого занятия, технологическими картами, презентациями.

**Материально техническое обеспечение**

Для реализации программы имеется: кабинет технологии с оборудованием для приготовления блюд (электрическая плита с духовкой, холодильник, микроволновая печь, электрические миксеры, блендеры и др.), набор посуды, набор инструментов, пищевые продукты, специальная одежда поваренка (фартуки, колпаки, нарукавники), ноутбук, мультимедийный проектор.

**Список литературы**

Литература для педагога

1. Вольпер И.Н. “Легенды и быль о продуктах”, М. “Экономика”, 1969.

2. Ковалев В.М., Могильный Н.П. “Традиции, обычаи и блюда русской кухни”, М. “Терра”, 1998.

3. Лазерсон И. “Французская кухня”, М. “Центрполиграф”, 2005.

4. Похлебкин В.В. “Все о пряностях”, М.“Центрполиграф”, 1997.

5. Похлебкин В.В. “Занимательная кулинария”, М. “Центрполиграф”, 1997.

6. Похлебкин В.В. “Специи и приправы”, М.“Центрполиграф”, 1997.

7. Райченок Ж.Е. “Самые популярные блюда мира”,Мн.Литература,1998

8. Сенгурова Е. “Пир на весь мир”, М. “Терра”, 1998.

9. Халин А.А., Сунин Н.С. “Русский дом”, Н.Новгород, “Нижний Новгород”, 1991.

Литература для родителей и обучающихся

1.Варварина Н.М, Васюкова А.Т. «Кухни народов мира»,Россия, 2022г

 2.Чередниченко Л.Е. «Питание как часть национальной культуры народов»,Москва, ИНФРА-М, 2022.

***Приложение № 1***

**Тестовые материалы**

**для итогового контрольного опроса обучающихся**

**на выявление уровня знаний теоретического материала**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Перечень  вопросов | Ответы (в баллах) | | | Общее количество баллов |
| Правильный  ответ | Не во всём правильный ответ | Неверный  ответ |
| 1 | Назовите правила гигиены, которые необходимо соблюдать при приготовлении блюд |  |  |  |  |
| 2 | Назовите основные правила техники безопасности при работе с электрической плитой и духовкой |  |  |  |  |
| 3 | Назовите правила техники безопасности при работе с режущими предметами |  |  |  |  |
| 4 | Что такое калорийность блюда? |  |  |  |  |
| 5 | Назовите способы тепловой обработки продуктов |  |  |  |  |
| 6 | Что означает «правило правой руки»? |  |  |  |  |
| 7 | Назовите основные ингредиенты для приготовления калиток |  |  |  |  |
| 8 | Назовите основные ингредиенты для приготовления чак-чак |  |  |  |  |
| 9. | Назовите основные ингредиенты для приготовления эчпочмак |  |  |  |  |
| 10. | Назовите основные ингредиенты для приготовления пасты |  |  |  |  |
| 11. | Основные ингредиенты Японской кухни |  |  |  |  |
| 12. | Что такое дегидратор |  |  |  |  |

Правильный ответ 2 балла

Не во всем верный ответ – 1 балл

Неправильный ответ – 0 баллов

От 24 до 20 баллов – отличный уровень освоения программы

От 19 до 16 - хороший уровень освоения программы

От 15 до 10 – удовлетворительный

От 9 - неудовлетворительный

Программа знаком обучающихся с особенностями приготовления блюд родного края и кулинарными традициями других народов.