

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 24**

**Центр образования цифрового и гуманитарного профилей
«Точка роста»**

ПРИНЯТА

педагогическим советом

МАОУ СОШ № 24

Протокол № 12 от 30.08.2022

УТВЕРЖДЕНА

приказом МАОУ СОШ № 24

№ 93/1 от 30.08.2022

Т.М. Заостровных



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Виртуальная кулинария»

Направленность: техническая

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 12 -17 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель (разработчик):

Юдина Наталья Валерьевна,
педагог дополнительного
образования

п. Горноуральский
2022

Пояснительная записка

Данная программа является нормативным документом образовательного учреждения, для работы объединения дополнительного образования с воспитанниками 6 – 8 классов.

Актуальность программы обусловлена тем, что обучение направлено на самоопределение и профессиональную ориентацию, являющейся важным этапом на пути социализации личности. В процессе обучения ребята познают, сохраняют и развивают национальные кулинарные традиции.

Актуальность данной программы объясняется тем, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к творчеству.

Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания способствует воспитанию физически нравственно здорового поколения, развитию чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

Отличительная особенность программы «Виртуальная кулинария», заключаются в том, что она призвана напомнить о почитаемых, традициях и народных обычаях. Знакомит с современной кухней и оборудованием современных предприятий общественного питания. Дает информацию о профессии. Больше времени отведено на практическое использование полученных теоретических знаний.

Новизна программы «Виртуальная кулинария» заключается в том, что она обращает участников образовательного процесса к пониманию традиций и культуры кулинарного ремесла народов, знакомит с кухнями других народов. Использование элементов проектной технологии. Выполняя проекты, учащиеся находят и анализируют информацию, которую применяют на практических занятиях.

Цель: создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся посредством кулинарного искусства.

Задачи:

обучающие:

- приобретение базовых знаний, умений и навыков, необходимых для формирования компетенций в области кулинарии;
- приобретение знания, умения и навыки по технологии приготовления национальных блюд, их подаче и сервировке стола;
- развитие познавательного интереса к профессии повар-кондитер;
- обучение безопасному обращению с инвентарем и оборудованием.

развивающие:

- развитие эстетического вкуса учащихся;
- развитие самостоятельности, ответственности, активности;
- развитие памяти, внимания.

воспитательные:

- формирование у воспитанников социальной активности, национального достоинства и уважения к русской кухне и русским традициям, навыков здорового образа жизни.

Планируемые результаты 1-го года обучения
По окончании первого года обучения должны знать:

- правила безопасной работы с режущими инструментами, механическими и электробытовыми приборами;
- правила мытья посуды и уборки помещения;
- значение питания;
- правила личной гигиены при приготовлении пищи;
- правила сервировки стола;
- виды блюд, не требующих тепловой обработки;
- способы выбора доброкачественных продуктов;
- способы хранения продуктов и готовой пищи;
- правила составления рецепта блюда;
- приемы тепловой кулинарной обработки;
- способы приготовления горячих напитков;
- способы приготовления варки яиц разного состояния;
- виды бутербродов;
- виды молочных продуктов;
- название и рецепты 1-2 национальных блюд;
- последовательность проектной деятельности.

должны уметь:

- строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;
- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности;
- вымыть, вычистить посуду;
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;
- составить рецепт блюда;
- сервировать стол;
- готовить горячие напитки;
- готовить блюда из яиц;
- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда;
- выбрать молочный продукт, приготовить блюдо из молочных продуктов;
- приготовить дрожжевое тесто, песочное тесто и изделия из теста;
- украшать готовое блюдо;
- витаминизировать пищу;
- работать в команде над творческим проектом.

Также у воспитанников будут сформированы и закреплены личностные качества:

- усидчивость, терпение, аккуратность, настойчивость в достижении цели, желание добиваться хорошего результата;
- уметь работать в коллективе;
- взаимопомощь.

Планируемые результаты 2-го года обучения
По окончании второго года обучения ребята должны знать:

- правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов для приготовления пищи;
- правила составления меню;
- здоровые привычки питания;
- значение диетического питания;
- значение продуктов из зерновых растений, овощей, фруктов;
- способы приготовления блюд из зерновых растений, овощей, фруктов;
- способы приготовления мучных кондитерских изделий;
- основные традиции национальной кухни;
- основы технологии приготовления блюд;
- основы этикета ;
- последовательность проектных работ.

должны уметь:

- пользоваться механическими и электробытовыми приборами;
- составить меню завтрака, обеда, ужина;
- составить меню диетического питания на день;
- приготовить диетические блюда;
- приготовить каши, макаронные изделия
- основные традиции национальных кухонь Мира;
- основы технологии приготовления блюд;
- основы национального этикета;
- работать в команде над творческим проектом.

Получат дальнейшее развитие личностные качества:

- уважительное отношение к народным традициям;
- отзывчивость и взаимопомощь;
- умение адекватно реагировать на проявление зависимого поведения среди подростков;
- интерес к творческому познанию.

ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

В объединение учащиеся принимаются по желанию без каких-либо ограничений.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Занятия проводятся в специально оборудованном учебном кабинете. Помещение отвечает санитарно-гигиеническим требованиям, т.е. светлое, сухое, с естественным доступом воздуха; соответствует требованиям пожарной безопасности, с обязательным наличием огнетушителя.

Подведена проводка холодной и горячей воды с кранами и раковинами для соблюдения правил личной гигиены педагога и обучающихся, чистоты помещения и рабочих мест, посуды, обработки продуктов. Также проведена проводка усиленного электропитания, оснащение электрическими плитами с духовыми шкафами и холодильникам.

Интерьер кабинета для теоретических занятий представляет собой гостиную комнату, располагается рядом с кухней, что удобно для сервировки стола и проведения дегустации приготовленных блюд.

Примерный перечень инвентаря для практических работ:

На каждого обучающегося:

- доски разделочные для мяса, рыбы, овощей, теста;
- ножи кухонные;
- столовые приборы;
- столовая и чайная посуда.

На группу (4-6 человек):

- кастрюли эмалированные или тефлоновые (1-3 л);
- миски разных размеров;
- сковороды;
- дуршлаг, сито, венчик для взбивания, тёрка, скалка;
- доска разделочная большая для теста;
- противни;
- формы для выпечки торта, куличей, кексов;
- формы-выемки для печенья и пряников;
- кондитерский шприц для крема;
- нож консервный, приспособления для фигурной нарезки овощей;
- лопатки, ложки, половники;
- чайник для кипячения воды;
- чайники для заварки, сахарницы;
- подставки под горячее.

Кабинет оснащен тематической литературой:

- История искусства кулинарии
- Кухня народов мира
- Традиционная русская кухня
- Обряды и праздники России
- Сервировка стола
- Нормы и правила поведения за столом
- Азбука диетологии

- Здоровое питание
- Основы кулинарии
- Современные технологии оформления блюд
- Организация работы предприятий общественного питания.

Количество часов на каждую группу по модулям составляет:

группа	Количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год
1 гр.	2	68
2 гр.	2	68
3 гр.	1	34
4 гр.	2	68

Форма и режим занятий:

Форма проведения занятий – групповые занятия с индивидуальным подходом. Для одаренных детей, разрабатывается индивидуальный образовательный маршрут: занимаются 2 часа 1 раз в неделю; коррекционный класс занимается 1 час 1 раз в неделю.

Во время занятий предусмотрен 20 минутный перерыв для снятия напряжения и отдыха.

Учебный план модуля «Виртуальная кухня» – 36 часов.

1. Введение 1 ч.
2. Учимся создавать видео-рецепты 2 ч.
3. Основы физиологии питания 1 ч.
4. Организация производства блюд и кулинарных изделий 1 ч.
5. Блюда завтрака 7 ч.
6. Блюда обеда 7ч.
7. Блюда ужина 7 ч.
8. Праздничные блюда 7 ч.
9. Проектная и профориентационная деятельность 4 ч.

Учебный план модуля «Виртуальная кулинария Кухни мира» – 68 часов.

1. Введение 1 ч.
2. Русская кухня 10ч.
3. Блюда восточноевропейской кухни 10 ч.
4. Блюда западноевропейской кухни 10 ч.
5. Блюда южноевропейской кухни 10 ч.
6. Блюда североевропейской кухни 10 ч.
7. Блюда азиатской кухни 6 ч.

8. Блюда кавказской кухни 6 ч.
9. Проектная деятельность Создание кулинарных видео-роликов. 5ч.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание учебного (тематического) плана Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности

Теория. Знакомство. Обсуждение организационных вопросов. Инструктаж по технике безопасности. Санитарно-гигиенические требования на занятиях кулинарии.

Раздел 2. Общие правила столового этикета. Основы сервировки стола

Теория. Правила сервировки стола. Столовые приборы. Правила поведения за столом. Правила употребления блюд.

Практика. Сервировка стола, подача блюд, варианты складывания салфеток.

Раздел 3. Инструменты и приспособления. Организация рабочего места

Теория. Инструменты и приспособления, применяемые при выполнении кулинарных работ. Современное электрооборудование для кухни (принципы работы и техника безопасности). Эффективная организация рабочего места.

Практика. Практическое задание по организации своего рабочего места.

Раздел 4. Салаты

Тема 4.1 Основные питательные вещества. Витамины. Правила подачи салатов. Салат из свежих фруктов

Теория. Питательная ценность продуктов (основные питательные вещества). Принципы рационального питания. Ценность витаминов для здоровья человека. Салаты из свежих продуктов. Первичная обработка фруктов. Способы нарезки и подачи салатов. Соусы для фруктовых салатов.

Практика. Приготовление салата из свежих фруктов. Украшения из свежих фруктов.

Тема 4.2 Салат из свежих овощей. Заправки и соусы для салатов.

Американская кухня. Салат «Коул слоу»

Теория. Способы определения доброкачественности овощей. Первичная обработка овощей. Способы нарезки овощей. Салат из свежих овощей. Заправки и соусы для салатов. Американская кухня. Технология приготовления салата «Коул слоу».

Практика. Приготовление овощного салата «Коул слоу». Подача салата.

Тема 4.3 Тепловая обработка овощей. Украшения из вареных овощей

Теория. Тепловая обработка овощей (варка, жаренье, тушение, припускание, бланширование). Приспособления для фигурной нарезки овощей. Украшения из вареных овощей.

Практика. Изготовление украшений из вареной моркови и свеклы (звездочки, лепестки, бантики, сердечки и розочки).

Тема 4.4 Приготовление салата оливье. Подача

Практика. Приготовление салата оливье. Изготовление украшений из вареных и свежих продуктов. Красивая подача салата оливье.

Тема 4.5 Праздничный сложный салат «Грибы на полянке»

Практика. Приготовление сложного салата «Грибы на полянке». Оригинальная подача этого салата.

Тема 4.6 Салат «Новогодняя ёлочка». Оформление салата

Практика. Приготовление оригинального праздничного салата «Новогодняя елочка».

Раздел 5. Закуски

Тема 5.1 Значение хлеба в питании человека. Виды бутербродов.

Требования к приготовлению бутербродов

Теория. Значение хлеба в питании человека. Закусочное блюдо – бутерброд. Классификация бутербродов. Требования к приготовлению бутербродов. Условия хранения и подачи бутербродов.

Тема 5.2 Приготовление сложных холодных бутербродов

Практика. Приготовление сложных бутербродов для праздничного стола с использованием специальных приспособлений (работа с технологическими картами). Творческий подход к оформлению праздничных бутербродов.

Тема 5.3 Приготовление горячих закрытых бутербродов

Практика. Приготовление сложного закрытого горячего бутерброда (хот-дог, сэндвич). подача горячих бутербродов.

Тема 5.4 Блюда французской кухни. Приготовление канапе

Практика. Приготовление французского закусочного бутерброда канапе с использованием специальных приспособлений. подача бутербродов.

Тема 5.5 Урок - соревнование «Воскресный завтрак»

Практика. Кулинарное командное соревнование, включающее приготовление различных бутербродов из набора продуктов и праздничная сервировка стола «Воскресный завтрак».

Раздел 6. Блюда из яиц

Тема 6.1 Питательная ценность яиц. Способы термической обработки яиц

Теория. Питательная ценность яиц. Способы тепловой обработки яиц.

Тема 6.2 Приготовление «мраморных» яиц

Практика. Приготовление вареных яиц (всмятку, крутое, «в мешочек», мраморное (использование натуральных природных красителей). подача готовых блюд. Работа с технологическими картами.

Тема 6.3 Яйца жареные. Приготовление яичницы по-болгарски

Практика. Жаренье как способ тепловой обработки яиц. Блюда болгарской кухни. Приготовление яичницы с овощами по-болгарски.

Тема 6.4 Приготовление французского омлета

Практика. Блюда французской кухни. Приготовление омлетов.

Приготовление сложного омлета с начинкой по-французски.

Тема 6.5 Приготовление «гоголя - моголя»

Практика. Десертные блюда из яиц. Приготовление фруктово-ягодного «гоголя - моголя».

Раздел 7. Крупяные и макаронные изделия

Тема 7.1 Питательная ценность круп и макаронных изделий. Виды круп и макаронных изделий

Теория. Питательная ценность круп и макаронных изделий. Классификация круп и макаронных изделий. Блюда из круп и макаронных изделий. Виды каш и способы их приготовления. Способы приготовления макаронных изделий.

Тема 7.2 Каша. Русская национальная кухня. Приготовление манной каши

Теория. Каша. Особенности русской национальной кухни. Вязкие каши

Практика. Приготовление вязкой манной каши.

Тема 7.3 Английская овсянка с бананом

Практика. Английская кухня. Приготовление английской овсяной каши с бананом. Работа с технологическими картами.

Тема 7.4 Пшеница

Практика. Приготовление крупяных запеканок.

Приготовление пшеницы. Работа с технологическими картами.

Тема 7.5 Запеканка из макарон

Практика. Несливной способ приготовления макаронных изделий.

Приготовление запеканки из макарон. Подача готового блюда.

Раздел 8. Изделия из теста

Тема 8.1 Мучные изделия. Виды теста

Теория. Питательная ценность хлебобулочных изделий, виды теста. Основные и дополнительные продукты для приготовления теста. Определение качества муки (по цвету, запаху, вкусу и влажности). Разрыхлители теста (дрожжи, сода, взбивание). Ароматические добавки. Пресное тесто. Основные изделия из этого теста. Способы приготовления теста для блинов и оладий. Технология выпечки блинов и оладий. Подача блинов к столу. Бисквитное тесто. Основные изделия из этого теста. Правила приготовления бисквитного теста. Дефекты приготовления теста, причины. Приготовление теста для пирога. Технология приготовления невыпеченных изделий на основе печенья.

Тема 8.2 Русские блины

Практика. Особенности русской национальной кухни. Приготовление блинов скороспелых.

Тема 8.3 Блинчики с начинками

Практика. Приготовление блинчиков с творожной начинкой. Подача готового блюда.

Тема 8.4. Приготовление бисквитного пирога «Шарлотка с яблоками»

Практика. Приготовление яблочного бисквитного пирога

«Шарлотка». Подача готового блюда.

Тема 8.5 Невыпеченные сладкие мучные изделия. Приготовление «сладких колбасок»

Практика. Невыпеченные сладкие блюда на основе печенья.

Приготовление «Шоколадной колбаски».

Тема 8.6 Урок - соревнование «Воскресный ужин»

Практика. Командное соревнование по сервировке стола к ужину и составлению меню.

Раздел 9. Итоговое занятие

Практика. Игра – соревнование по командам. Подведение итогов.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации Программы используются следующие виды контроля:

- **входной контроль** осуществляется в форме ознакомительной беседы с обучающимися с целью введения их в мир кулинарного искусства, правил правильной организации рабочего места, санитарии, гигиены и безопасной работы;
- **текущий контроль** включает в себя устные опросы, групповые задания с технологическими картами приготовления блюд;
- **итоговый контроль** осуществляется в форме игры - соревнования команд, включающий обобщающие задания по пройденным темам.

Уровни освоения Программы: высокий, средний, низкий.

При низком уровне освоения Программы:

- работа с технологическими картами с помощью учителя;
- затруднения при соблюдении рецептуры;
- низкая эстетика подачи готового блюда.

При среднем уровне освоения Программы:

- самостоятельная работа с технологическими картами, лишь изредка возникают затруднения;
- средний уровень соблюдения рецептуры;
- средний уровень эстетики подачи готового блюда. При высоком уровне освоения Программы обучающийся:

- быстрая и качественная работа с технологическими картами;
- высокий уровень соблюдения рецептуры;
- высокий уровень эстетики подачи готового блюда.

Учащиеся работают командами, самостоятельно выполняя задания по технологическим картам, практические задания по приготовлению и подаче изучаемых блюд.

ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение Программы

Реализация Программы предполагает следующие формы организации образовательной деятельности:

- групповые теоретические беседы с учащимися;
- индивидуальные теоретические и практические задания потехнологическим картам;
- групповые практические задания по приготовлению блюд;
- групповые практические задания по сервировке стола;
- устные опросы;
- игры – соревнования.

Материально - техническое обеспечение Программы

Технические средства обучения:

- компьютер
- средства аудио и видео визуализации
- DVD – фильм
- мультимедийные пособия

Технологическое оборудование:

- моечная ванна
- холодильник
- жарочный шкаф
- электроплита
- рабочий стол

Инвентарь:

- весы настольные
- разделочные доски
- ножи поварской тройки
- щипцы универсальные
- лопатка
- венчик
- ложки
- шумовка
- ножи для удаления глазков, экономной очистки овощей
- кастрюли
- сотейники
- сковороды
- сито конусообразное

Дидактические материалы:

- технологические карты
- натуральные образцы продуктов
- муляжи
- плакаты

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы, используемой при написании Программы

1. Безлепкин Ю.В. Кухня народов мира / Ю.В. Безлепкин. - Харьков:Прапор,1993.
2. Дубцов Г.Г. Технология приготовления пищи: учеб. пособие для СПО. - 5-еизд., - М.: Академия, 2008.
3. Жеребцова, О. Л. Все об этикете и сервировке стола / О.Л. Жеребцова. - М.:Ниола - Пресс, 2008.
4. Левина М. Сервировка праздничного стола / М. Левина. – М., 2000.
5. Строкова Л.В. Вкусные салаты и закуски для праздников / Л.В. Строкова. – М.: РИПОЛ классик, 2014.
6. Усов В.В. Русская кухня. Холодные блюда и закуски. Супы. Мясные и рыбные блюда: учеб. пособие для СПО. - М.: Академия, 2007.

Список литературы для учителя

1. Васильева И. Е. Сто потрясающих обедов / И.Е. Васильева. – М.: РИПОЛклассик, 2011.
2. Передерей Н. А. Рецепты мировой кухни / Н.А. Передерей. – М.: ВЕЧЕ,2009.
3. Руфанова Е. Кухни народов мира / Е. Руфанова. – М.: Слог, 2011.
4. Светлова Е.В. Сервировка праздничного стола и этикет застолья /Е.В. Светлова – М.: Лада, 2009.
5. Титюнный А.И., Новоженев Ю.М. Советская национальная и зарубежная кухня / А.И. Титюнный, Ю.М. Новоженев. – М.: Высшая школа,1977.
6. Федосеева Т.А. Большая энциклопедия кулинарного искусства /Т.А. Федосеева. – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2015.