****

**Содержание.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование раздела.** | **Номер страницы.** |
| 1. | Пояснительная записка. | **3** |
| 2. | Учебный план. | **6** |
| 3. | Содержание курса. | **7** |
| 4. | Результаты освоения учебной программы. | **9** |
| 5. | Информационное обеспечение. | **11** |
| 6. | Литература. | **12** |

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Основными задачами кружковой деятельности детей в детском доме являются:

* обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья и профессионального самоопределения, творческого труда детей;
* адаптация их к жизни в обществе;
* формирование общей культуры;
* организация содержательного досуга.

Реализация программы дополнительного образования детей «Юный поваренок», рассчитанной на один год обучения, позволяет решать в реальных условиях детского дома все перечисленные задачи, определенные [Постановлением Правительства РФ от 24 мая 2014 г. N 481 "О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и об устройстве в них детей, оставшихся без попечения родителей"](garantF1://70561542.0).

Социально – педагогическая направленность программы предполагает адаптацию обучающихся к жизни в обществе посредством приобщения их к труду, к культуре и традициям родного края и формирования коммуникативных навыков.

Задача укрепления здоровья также соответствует целевым ориентирам программы, так как здоровая пища – залог здоровья организма. Занятия по программе «Юный поваренок» способствует организации содержательного досуга детей и формированию общей культуры в процессе освоения знаний, определенных ее содержанием. Содержание программы не представляет собой перечень специальных тем по изучению основ кулинарии, его воспитательный блок органично включен в процесс обучения.

Кулинария – искусство приготовления пищи. Зачем нужна пища, знает каждый, о «хлебе насущном» человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он ни занимался. Еда – топливо, на котором работает организм, и знать об этом топливе, уметь грамотно его использовать должен любой человек. Умение хорошо, то есть правильно, вкусно, быстро и экономно готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни. Владение кулинарией требует большого объема знаний и навыков, значительной культуры и эрудиции, чтобы соответствовать современным требованиям.

Программа предназначена для дополнительного обучения детей от 6-ти до 18-ти лет.

**Актуальность программы заключается в следующем:**

1. Современная жизнь человека отличается высоким темпоритмом, эмоциональными перегрузками. Занятия кулинарией помогают снизить уровень внутренней тревожности; привести состояние души воспитанника в равновесие.
2. У современных воспитанников отмечается недоразвитие мелкой моторики. Занятия кулинарией требуют одновременно работы обеих рук, что, в свою очередь развивает речь и интеллект.
3. На занятиях кулинарие у воспитанников развиваются такие виды мышления, как пространственное и интуитивное, что очень важно для успешного обучения.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что технологии, используемые на занятиях, такие, как игровая, здоровье сберегающая, технология сотрудничества, содействуют достижению поставленной цели.

Занятия развивают активность, творческую инициативу, художественный вкус, чувство цвета, меры, гармонии, побуждают к творчеству и самостоятельности. Вместе с тем у воспитанников формируется умение и желание решать проблемы. Ребнок развивается, если способен преодолевать трудности.

При организации освоения программы для занимающихся проводится строгая дифференциация и **индивидуализация** с учетом их физических, морально-волевых качеств и функционального развития.

**Цель программы:**

* создание условий для формирования у обучающихся через постижение основ кулинарного искусства устойчивой мотивации к здоровому питанию, основанному на следовании традициям национальной русской кухни.
* создание условий для ознакомления с теми специальными знаниями и навыками, которые необходимы в практической деятельности кулинара.

Программа имеет необходимое учебно – методическое обеспечение для успешной реализации поставленной цели и направлена на осуществление следующих *задач:*

* знакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре;
* формировать навыки и умения приготовления основных блюд русской, славянской кухни и кухни некоторых народов мира развивая терпение, настойчивость, трудолюбие;
* знакомить учащихся с разнообразными технологиями кулинарии и освоить с ними технологии приготовления блюд кулинарных и кондитерских изделий, требующих простой кулинарной обработки, расширяя трудовой опыт детей, приучить к самообслуживанию;
* освоить технологию определения признаков доброкачественности продуктов;
* обучить приёмам художественного оформления блюд и сервировки стола;
* формировать представление о рациональном и здоровом натуральном питании;
* формировать умение рационально организовать труд на своем рабочем месте;
* выработать безопасные и санитарно – гигиенические приемы труда;
* знакомить с технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, весоизмерительными приборами и правилами их эксплуатации;
* знакомить обучающихся с технологией осуществления проектно-исследовательской деятельности в сфере изучения кулинарных традиций.
* развивать интерес к творческому познанию и самовыражению;
* формировать и поддержать интерес к народному творчеству и культуре в сфере быта;
* способствовать развитию художественного вкуса;
* формировать навыки работы в коллективе, воспитывая чувство товарищества и взаимопомощи, ответственности за порученное дело.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие **формы обучения**:

* беседы,
* практические занятия по приготовлению блюд,
* отчетные занятия, выполняемые самостоятельно практические работы по приготовлению и оформлению блюд,
* различные конкурсы,
* проектная, исследовательская деятельность
* мастер-классы;

**Критерии оценки уровня освоения программных требований :**

* текущий контроль знаний по окончании изученной темы (соответствие уровня развития детей программным требованиям выявляется при помощи метода наблюдения, метода сравнения независимых характеристик).
* Обсуждение.
* Самооценка.
* Личные беседы с воспитанниками.
* Изучение продуктов образовательной деятельности, в ходе проведения зачетных и открытых мероприятий.

Содержание обучения включает в себя 10 тем, на освоение которых отводится 50 часов. Практическим занятиям отводится 276 часов. Режим занятий: четыре раза в неделю по 2 часа с 15-минутными перерывом. Занятия проводятся в учебном помещении, оборудованном в соответствии с установленными нормами и требованиями к кабинету.

По окончании учебного года проводятся открытые итоговые занятия, форма которых определяется уровнем творческой активности детей.

Длительность занятий определяется особенностью работы – приготовление пищи, один – два часа занятия не утомляют ребят, т.к. в течение этого времени меняются виды работы.

**Учебно – тематический план**

**обучения.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование тем** | **Количество часов** | | **Всего** |
| **Теория** | **Практика** |  |
| 1. | Введение. Режим работы. Материалы. Правила техники безопасности. | 5 | 15 | 20- |
| 2. | Правила этикета. Правила поведения за столом. Сервировка стола. Приём гостей. | 5 | 6 | 11 |
| 3. | Салаты. Технология приготовления. Виды. Виды заправок. Салаты народов мира. | 5 | 35 | 40 |
| 4. | Первые болюда. Технология приготовления. Виды. Супы народов мира. | 5 | 35 | 40 |
| 5. | Вторые блюда. Технология приготовления. Виды. Вторые блюда народов мира. | 5 | 50 | 55 |
| 6. | Третьи блюда. Технология приготовления. Виды. Напитки народов мира. | 5 | 20 | 25 |
| 7. | Изделия из теста. Технология приготовления. Виды. Изделия из теста народов мира. | 5 | 50 | 55 |
| 8. | Изделия из творога. Технология приготовления. Виды. Изделия из творога народов мира. | 5 | 15 | 20 |
| 9. | Кухня народов мир Технология приготовления. Виды. | 5 | 35 | 40 |
| 10 | Отчётные мероприятия. | 5 | 15 | 20 |
|  | Итого | 50 | 276 | 326 |

**Содержание обучения**

**1. Введение**

Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования, знакомство с кулинарным делом. Осознание своих интересов, способностей в данном направлении. Что такое правильное питание? Знание о значимости правильного питания в жизни человека. Знание о блюдах, правильное хранение продуктов. Знание о необходимых кулинарных принадлежностях. Знание об экологической ситуации в деревне, а также об использовании искусственных добавок в продуктах.

**2. Правила этикета**

Откуда к нам пришел этикет? Нормы и правила этики. Умение посмотреть на себя со стороны. Правила поведения за столом и в гостях. Правила приема гостей. Проиграть ситуации приема гостей. Понимание ситуативных и этикетных норм бесконфликтного общения. Включить инсценирование ситуации приема гостей. Рецепты праздничных блюд. Оригинальное оформление. Сервировка стола. Правила приема гостей. Умение пользоваться столовыми приборами.

**3. Салаты**

Разнообразие салатов. Мясные салаты, фруктовые салаты, овощные. Заправки для овощных, мясных, фруктовых салатов. Учить детей подбирать и сочетать продукты для салатов. Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли). Распределение овощей по группам содержания витаминов. Правильное хранение овощей, умение применять свои знания и навыки на практике, в жизни, быту. Овощи в русской кухне. Овощи в уральской кухне. Приготовление овощей на пару (способ приготовления овощей на пару, максимальное сохранение полезных качеств продукта). Учить детей подбирать и сочетать продукты для салатов. Как красиво украсить салат? Посуда для подачи салатов. Самостоятельное приготовление салатов.

**4. Первые блюда**

Технология приготовления супов. Горячие и холодные супы. Продукты для приготовления супов. Пряности и специи для усиления вкусовых качеств.

**5. Вторые блюда**

Понятие, способы приготовления вторых блюд, их разнообразие. Правила подачи вторых блюд. Оформление вторых блюд. Гарнир, дополнение к гарниру; шницель, котлеты, мясные биточки их отличия. Воспитание эстетического вкуса.

**6. Третьи блюда**

Напитки, соки, морсы. Как заварить правильно чай. Сорта чая (листовой, мелко-зерновой, гранулированный).

**7. Изделия из теста.**

Технология приготовления теста.. Дрожжевое, заварное, слоёное, песочное тесто. Продукты для приготовления теста.Крема и начинки.

**8. Изделия из творога .**

Из чего делают творог? Чем полезен творог для организма человека? Приготовление несложных блюд из творога.

**10.Кухня народов мира.**

Понятие.Технологияприготовления .Продукты для приготовления.

**Особенности русской кухни**

* Роль овощей в русской кухне.
* Блюда из картофеля .
* Капуста. Блюда из капусты .
* Особенности православной русской кухни.

**Традиционные белорусские блюда.**

* Традиции и особенности белорусской кухни.
* Использование картофеля в белорусской кулинарии.

**Особенности украинской кулинарии.**

* Особенности украинской кухни.
* Место свеклы в блюдах украинской кухни.
* Блюда украинской кухни .

**Особенности кавказкой кухни**

* Особенности кавказкой кухни. Овощи и мясо, зелень – место на кавказкам столе
* Традиции и правила поведения за столом и приема гостей..
* Блюда грузинской кухни

**Особенности кухни Болгарии и Венгрии**

* Особенности кулинарии Болгарии и Венгрии
* Томаты, перец, блюда из овощей.
* Блюда болгарской кухни
* Блюдо венгерской кухни (Лечо).

**Особенности итальянской кухни**

* Особенности итальянской кухни, традиции.
* Мучные изделия в итальянской кухне.
* Итальянские бутерброды, овощные запеканки

**Особенности французской кухни.**

* Особенности французской кухни.
* Салаты. Использование сельдерея, лука-порея, салата-латука, спаржи, авокадо, шампиньонов.
* Блюдо французской кухни

**Особенности японская кухня**

* История. Главный секрет японской кухни. Особенности.
* Сервировка стола. Палочки для еды.
* Рис.
* Блюда Японской кухни .

**Особенности турецкой кухни**

* Особенности, традиции.
* Блюда турецкой кухни .

**Особенности немецкой кухни.**

* Особенности немецкой кухни. «Культ еды».
* Блюда немецкой кухни .

**Особенности английской кухни**

* Особенности и традиции.
* Овсянка, пудинг, чай.
* Блюда английской кухни .

**Особенности китайской кухни.**

* Особенности китайской кухни, традиции, история развития китайской кулинарии.

**11. Отчётные(итоговые) мероприятия – мастер класс по приготовлению блюд**

Чему мы научились за год? Прием гостей, сервировка стола, правила поведения за столом. Применение на практике умений, знаний, навыков подборки продуктов. Приготовление блюда по выбору, при условии правильного подбора продуктов.

**К концу года обучения**

***Дети имеют представление:***

* о технологии приготовления блюд;
* о сроках и условиях хранения блюд и кулинарных изделиях;
* о признаках и методах определения доброкачественности продуктов;
* элементы культуры и традиции родного края;
* рациональную организацию труда на своем рабочем месте;
* иметь представление о способах получения информации о вопросах кулинарии.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТЫТЫ**:

***Дети знают:***

* виды, свойства и кулинарное назначение картофеля, овощей, грибов, круп, макаронных изделий, творога, яиц, теста, консервов и других продуктов;
* правила, приемы и последовательность выполнения операций по подготовке продуктов к тепловой обработке;
* назначение, правила пользования технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, посудой и правила ухода за ними;
* способы приготовления и оформления блюд;
* безопасные и санитарные требования к труду;
* этику поведения в различных общественных местах, дома, в гостях;
* правила общения.
* рецептуру технологии приготовления, требования к качеству, сроки и условия хранения блюд и кулинарных изделий;
* виды, свойства и кулинарное назначение картофеля, овощей, грибов, круп, макаронных изделий, творога, яиц, теста, консервов и других продуктов;
* признаки и методы определения доброкачественности продуктов;
* рациональную организацию труда на своем рабочем месте;
* элементы культуры и традиции родного края.
* правила подачи блюд,
* правила поведения за столом,
* правила по технике безопасности при выполнении кулинарных работ,
* санитарно-гигиенические требования,
* секреты русской кухни,
* виды национальных блюд,

***Дети умеют:***

* приготавливать блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки;
* варить картофель, овощи каши, бобовые и макаронные изделия, яйца;
* жарить блины, оладьи, блинчики;
* запекать овощи и крупяные изделия;
* правильно подбирать формы нарезки продуктов при приготовлении блюда,
* использовать приемы тепловой кулинарной обработки,
* готовить блюда национальной кухни,
* украшать блюдо,
* сервировать стол,
* соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования,
* соблюдать правила по техники безопасности,
* правильно вести себя за столом.
* приготавливать блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки;
* варить картофель, овощи каши, бобовые и макаронные изделия, яйца;
* жарить картофель, овощи, изделия из котлетной массы (овощной, рыбной, мясной), блины, оладьи, блинчики;
* запекать овощи и крупяные изделия;
* процеживать, замешивать, измельчать, формировать, фаршировать, начинять изделия;
* приготавливать бутерброды, блюда из полуфабрикатов, консервов и концентратов;
* уметь работать со специальной литературой;
* сервировать стол к чаю, к обеду, завтраку.
* уметь работать в группе, коллективе, правильно начинать и поддерживать общение в процессе освоения программы;
* предъявлять публично результаты творческого познания в сфере быта, народных традиций, в искусстве приготовления вкусной и здоровой пищи.

**УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

1. Комплект наглядных пособий
2. Комплект открыток с рецептами
3. Кухонный инвентарь
4. Специальная одежда
5. Методические и дидактические материалы к занятиям
6. Тематические папки:

* Крупы и бобовые
* Картофель
* Макароны
* Масленица
* Пищевая ценность овощей
* Русская кухня
* Празднуем Новый год
* Вегетарианская кухня
* Кухонная утварь
* Все о салатах
* Пироги и торты из песочного печенья
* Прием гостей
* Все о правильном питании
* Если вы хотите сохранить урожай
* Правила хранения продуктов
* Правила кулинарии
* Все об овощах
* Все о супах
* Кулинарный словарь
* Все о мясе
* тесто

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА**

* 1. Готовим в горшочках – М.: «Эксмо», 2007.
  2. Данилкин Ю.Н. «Советы по домоводству», Изд. «Зеркало», 1992.
  3. Дятлова Г.В., Хворостукина С.А. «Современная энциклопедия этикета», «ТД «Издательство Мир книги», 2005.
  4. Исаева Е.Л. «Постный стол», - М.: ООО «ТД «Издательство «Мир книги», 2005.
  5. Лежнева М. «Блины. Куличи. Пироги.» - М.: Изд. Эксмо, 2005.
  6. Марштупа Л.Е. «Блюда в горшочках», - М.: ООО «ТД «Издательство «Мир книги», 2006.
  7. Михайлов М.М. «Все для дома», МП Феникс, 1993.
  8. Поскребышева Г. «Энциклопедия домашних заготовок», - М.: «Олма – ПРЕСС» 2000.
  9. Похлебкин В.В. «Тайны хорошей кухни». М.: «Экономика», 1987.
  10. Прием гостей «Уралкультиздат», 1991.
  11. Рыбина Д. «Блюда из пароварки», - М.: гелеос, 2007.
  12. Серия «Лакомка»: «Чудеса выпечки», «Вегетарианская кухня», «Русская кухня», «Консервирование», «Рыбные блюда», «Мясные блюда».
  13. Турыгин В.В. «Уральская кухня», Ек-г, 2001.
  14. Украшения блюд. Фантазии из овощей и фруктов. – М.: АСТ – ПРЕСС КНИГА, 2005.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИСЯ**

1. Фантазии из овощей и фруктов, - М.: Изд. «Ниола – Пресс», 2008.

2. Золотые правила кулинарии – М.: Эксмо, 2008.1996.2005.

3.Современный этикет и хорошие манеры. Изд. «Звонница», 2002.

4. Русская кухня. 1000 любимых рецептов. – М.: ЭСТ – ПРЕСС КНИГА

5. Максимова М., Кузьмина М. «Первоклассная повариха», - М.: Эксмо,

6. 900 лучших рецептов, - М.: БАО – ПРЕСС, 2008.

* 1. Лаврова С.А. «Первоклассные истории о правах» Ек-г Изд. «Сократ» 2003.
  2. Лихачева Л. «Уроки этикета»
  3. Степанова И. «Бутербродные торты» - М.: Эксмо, 2008.
  4. Степанова И. «Праздничные бутерброды» - М.: Эксмо, 2008.
  5. Шабельник Е.С., Каширцева Е.Г. «Ваши права» - ООО Изд. «Вита – Пресс», 1997.