

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 3 г. Южно-Сахалинска

УТВЕРЖДАЮ	СОГЛАСОВАНО	ПРОВЕРЕНО
приказ	на МС	заместителем
от <u>05.09</u> 2019г.	протокол	Директора
№ <u>735</u>	от <u>02.09</u> 2019г.	по ВР
Директор	№ <u>7</u>	<u>02.09</u> 2019 г.
<u>А.В. Умнова</u>	Председатель	<u>О.С. Теплякова</u>
	МС <u>И.А. Ли</u>	
	И. А. Ли	

Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
объединения
«Кухни мира»
Срок реализации: 2 года
Возраст детей: 10-13 лет

Составитель:
учитель технологии Ю. К. Исполинова

г. Южно-Сахалинск
2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа объединения “Кухни мира” имеет культурологическую направленность, разработана на основе:

– Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273 – ФЗ от 29.12.2012);

– концепции развития дополнительного образования детей, утверждённой распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 года № 1726-р ;

– постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций, режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

– порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008);

– требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003г №28-02-484/16.

В системе воспитания школьников важное место занимает трудовое, нравственное, эстетическое, экологическое воспитание подрастающего поколения.

В школьной программе отводится определенное количество времени для приобщения учащихся к кулинарии. Девочки с интересом занимаются кулинарией. Приобретенные навыки очень помогают им в повседневной жизни, а некоторым дают ориентацию в выборе будущей профессии.

Однако учебного времени отведенного на данную тему недостаточно. И для того, чтобы помочь учащимся овладеть навыками самообслуживания, приготовления пищи, расширить их знания о национальных традициях нашей страны и стран мира, познакомить с традиционной русской кухней и кухней других народов, была составлена данная программа. К тому же в нашем образовательном учреждении обучаются дети разных национальностей, и ни для кого не секрет, что в каждой стране есть свои национальные традиции в кулинарном искусстве, свои излюбленные блюда, способы их обработки и подачи. Программа имеет социально-педагогическую направленность, рассчитана на учащихся 5-7 классов. Уже в этом возрасте необходимо приучать детей к культуре

питания, воспитывать уважительное отношение к различным национальностям, руководствуясь психологическими особенностями данного возраста.

Новизна программы в том, что она нацелена на изучение разнообразных рецептов блюд и привитие детям культуры питания, на создание комфортной среды детям любой национальности.

Программа занятий рассчитана на учащихся 5-7 классов. Группы формируются по возрастному принципу: в группу входят учащиеся двух параллелей. Это позволяет строить занятия с учетом подготовленности школьников, правильно сочетать теорию с практикой.

Рекомендуется группа не более 10 человек. В объединение принимают девочек и мальчиков.

Программа «Кухни мира» рассчитана на 272 часа учебного времени, 4 часа в неделю.

Занятия в объединении «Кухни мира» пробуждают воображение и творческие силы, опираются на личный опыт детей. Курс сочетает в себе лекции, практические занятия, дегустацию блюд.

Форма организации занятий:

- урок-практикум

Формы проведения занятий:

- индивидуальная;
- групповая

Методы обучения:

- словесные (объяснения, рассказ, беседа);
- наглядные (демонстрация приемов выполнения операций, вариантов оформления готовых блюд);
- проблемные (постановка проблем и поиск ее решения);
- исследовательские (самостоятельный анализ задачи и ее решение);
- метод практического сотворчества;
- метод коллективных и групповых работ.

Программа включает теоретический материал – 1 часа и практические занятия – 3 часа в неделю. Время действия программы – два года.

Занятия проводятся 8 раз в месяц по 2 часа.

Рабочая программа составлена на основе авторских программ Малявиной Р.И. «Кухни народов мира» и Гулевич Е.М. «Кухня народов мира».

Цель программы: формирование у детей основ культуры питания народов мира.

Основные задачи:

- знакомство с культурой народов мира через кулинарию;
- воспитание толерантности, взаимоподдержки, взаимопомощи;
- овладение умениями и навыками приготовления национальных блюд;
- развитие эстетического вкуса учащихся;
- формирование и развитие творческих способностей учащихся в кулинарии;
- ознакомить с организацией труда при приготовлении пищи, экономическими расчётами;
- развить практико-деятельностные умения в области кулинарии;
- развить навыки самоорганизации, самоанализа и самооценки;
- ознакомить с особенностями приготовления блюд у разных народов мира, лечебными свойствами некоторых продуктов;
- воспитать уважение к своему здоровью и труду;
- развить коммуникативные навыки, которые способствуют развитию умений работать в группе.
- формирование устойчивого интереса к технологии приготовления пищи, способности воспринимать исторические и национальные особенности кухни.
- формирование чувства уважения и интереса к истории и культуре других народов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

1 год обучения

№	Тема занятия	Кол-во часов	
		теория	практика
	1. Вводное занятие	2	-
1	Цели и задачи кружка, объединения, правила безопасности.	1	-
2	Традиции разных народов.	1	-
	2. Русская национальная кухня	5	15
1	Традиционные русские блюда. Роль овощей в русской кухне. Блюда из картофеля. «Картофельные котлеты».	1	3
2	Изделия из жидкого теста. «Блинчики».	1	3
3	Капуста. Блюда из капусты. «Капустные котлеты».	1	3
4	Особенности православной русской кухни. Постные супы. «Щи».	1	3
5	Кабачки. Блюда из кабачков. «Оладьи из кабачков».	1	3
	3. Национальные блюда Белоруссии	3	9
1	Традиционные белорусские блюда. Использование картофеля в белорусской кулинарии. «Драники».	1	3
2	Грибы. Блюда из грибов. «Яйца фаршированные грибами».	1	3
3	Особенности приготовления фарша. «Бабка картофельная с фаршем».	1	3
	4. Блюда украинской кухни	3	9
1	Традиционные украинские блюда. Использование яблок в блюдах. «Галушки яблочные».	1	3
2	Блюда из гречки. «Гречаники».	1	3
3	Использование яиц в кулинарии. «Яйца в сметане».	1	3
	5. Кухня народов Кавказа	2	6
1	Традиционные кавказские блюда. Блюда грузинской кухни. Блюда из цветной капусты. «Цветная капуста с яйцом».	1	3
2	Блюда из яиц. «Яичница с вареньем».	1	3
	6. Кухня стран Балканского полуострова. Болгария. Венгрия	3	9
1	Традиционные блюда Болгарии и Венгрии. Томаты. Блюда из них. «Шопский салат».	1	3
2	Перцы. Блюда из них. «Миш-маш, омлет по-болгарски».	1	3
3	Блюда венгерской кухни. Особенности приготовления перца. «Лечо».	1	3
	7. Итальянская кухня	6	18

1	Традиционные итальянские блюда. Бутерброды в итальянской кулинарии. Итальянские бутерброды и овощные запеканки. «Итальянские горячие бутерброды».	1	3
2	Применение яиц в десертах. «Суфле по–сицилийски».	1	3
3	Использование спагетти в итальянской кулинарии. «Спагетти по-итальянски»	1	3
4	Особенности приготовления теста для пиццы. «Пицца «Минутка».	1	3
5	Омлет в итальянской кулинарии. «Фриттата».	1	3
6	Итальянские супы. «Министроне».	1	3
	8. Французская кухня	3	9
1	Традиционные французские блюда. Место сыра в французской кулинарии. «Сырный суп по-французски».	1	3
2	Особенности приготовления яиц. «Яйца в мешочек запеченные».	1	3
3	Французская выпечка. «Мини-круассаны».	1	3
	9. Китайская кухня	1	3
1	Традиционные китайские блюда. Роль риса в китайской кухне. «Жареный рис с яйцом по-китайски».	1	3
	10. Татарская кухня	2	6
1	Традиционные татарские блюда. Приготовление пресного фарша. «Кыстыбый».	1	3
2	Использование мяса в татарской кухне. «Азу по-татарски».	1	3
	11. Латышская кухня	1	3
1	Традиционные латышские блюда. Блюда из мяса. «Луковый клопс»	1	3
	12. Латиноамериканская кухня	5	9
1	Традиционные блюда Латинской Америки. Картофель в испанской кулинарии. «Испанский омлет».	1	3
2	Популярные напитки «Мексиканский лимонад».	1	3
3	Десерты мексиканской кухни. «Апельсиновый кекс».	1	3
4	Тортилья в мексиканской кухне. «Бурито».	1	3
5	Подведение итогов года	2	-
	Итого	136	

2 год обучения

№	Тема занятия	Ко-во часов	
		теория	практика
	1. Вводное занятие	2	-
1	Цели и задачи объединения, правила безопасности.	1	-
2	Правила приема гостей. Традиции, кулинарные особенности разных народов.	1	-
	2. Русская национальная кухня	3	9
1	Особенности русской кухни. Блюда из картофеля. «Картофель, фаршированный грибами».	1	3
2	Капуста. Блюда из капусты. «Капуста тушеная».	1	3
3	Особенности православной русской кухни. Постные супы. «Рассольник».	1	3
	3. Национальные блюда Белоруссии	4	12
1	Особенности белорусской кухни. Использование капусты. «Бигус».	1	3
2	Грибы в белорусской кулинарии. «Пирожки картофельные фаршированные грибами».	1	3
3	Блюда из картофеля. «Картофельные колдуны».	1	3
4	Блюда из картофеля. «Гульбишники».	1	3
	4. Блюда украинской кухни	3	9
1	Особенности украинской кухни. Мясо. Блюда из мяса. «Сиченики».	1	3
2	Использование капусты в украинской кухне. «Борщ».	1	3
3	Курица. Блюда из курицы. «Котлеты по-Киевски».	1	3
	5. Кухня народов Кавказа	2	6
1	Особенности кавказской кухни. Баклажаны. Блюда из них. «Баклажаны с чесноком».	1	3
2	Мясо в кавказской кухне. «Харчо».	1	3
	6. Кухня стран Балканского полуострова. Болгария. Венгрия	3	9
1	Особенности кухни Болгарии и Венгрии. Болгарская кухня. Роль овощей в болгарской кухне. «Гювеч».	1	3
2	Картофель. Блюда из картофеля. «Болгарская мусака».	1	3
3	Венгерская кухня. Кондитерские изделия. «Палатшинкен».	1	3
	7. Итальянская кухня	7	21
1	Особенности итальянской кухни. Бутерброды в итальянской кухне. «Брускетта».	1	3
2	Особенности приготовления пиццы. «Пицца без теста».	1	3
3	Макароны. Блюда из них. «Итальянский салат».	1	3

4	Роль мучных изделий в итальянской кухне. «Паста с томатно-грибным соусом».	1	3
5	Итальянская выпечка. «Итальянские пончики».	1	3
6	Курица. Блюда из курицы. «Курица по-итальянски».	1	3
7	Баклажаны в итальянской кухне. «Меланзана алла пармиджана».	1	3
	8. Французская кухня	5	15
1	Особенности французской кухни. Блюда из картофеля. «Запеканка дофинуа».	1	3
2	Использование шампиньонов в французской кухне. «Шампиньоны фаршированные».	1	3
3	Блюда из мяса. «Мясо по-французски».	1	3
4	Использование яблок в французской кухне. «Тарт татен».	1	3
5	Курица. Блюда из курицы. «Фрикасе из курицы».	1	3
	9. Китайская кухня	1	3
1	Особенности китайской кухни. Блюда китайской кухни. Блюда из мяса. «Свинина в кисло-сладком соусе».	1	3
	10. Татарская кухня	1	3
1	Особенности татарской кухни. Приготовление сдобного теста. Татарский десерт. «Чак-чак».	1	3
	11. Латышская кухня	1	3
1	Особенности латышской кухни. Блюда латышской кухни. Манная каша. блюда из манной каши. «Буберт».	1	3
	12. Латиноамериканская кухня	5	9
1	Особенности латиноамериканской кухни. Блюда латиноамериканской кухни. Тепловая обработка лапши. «Тортилья из лапши».	1	3
2	Пшеничные и кукурузные лепешки. «Кесадилья».	1	3
3	Использование овощей в мексиканской кухне. «Пазлья с овощами».	1	3
4	Подведение итогов года	2	-
	Итого		136

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Требования к уровню подготовки обучающихся

По окончании прохождения программы учащиеся должны иметь представление:

- о культурных ценностях национальных кухонь;
- о рациональном питании;
- о способах обработки продуктов;
- лечебных свойствах некоторых продуктов;
- об организации труда при приготовлении пищи, экономического расчёта;
- о современных тенденциях в сфере обслуживания пищевой промышленности.

В результате изучения данной программы, учащиеся приобретут следующие знания:

- особенности национальной кухни народов мира;
- исторические предпосылки развития кухни разных стран;
- пищевая ценность овощей;
- первичную и тепловую обработку продуктов;
- способы приготовления, подачу и оформление блюд;
- технику безопасной работы;
- санитарно-гигиенические требования;
- правила поведения за столом.

В результате изучения данной программы, учащиеся научатся:

• готовить национальные первые и вторые блюда, закуски, напитки, изделия из теста;

- правильно оформлять и подавать блюда.
- правильно подбирать формы нарезки продуктов при приготовлении блюда,
- использовать приемы тепловой кулинарной обработки,
- готовить блюда национальной кухни,
- украшать блюдо,
- витаминизировать пищу,
- сервировать стол,
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования,
- соблюдать правила по техники безопасности,
- правильно вести себя за столом.

Должны знать:

- о культуре труда;
- пищевой ценности продуктов;

- правила санитарии, гигиены, безопасной работы с инструментами и электрооборудованием;

- виды и кулинарные свойства продуктов;
- основы технологии приготовления пищи;
- о культуре застолья, правил приёма гостей, сервировке стола;
- об основах рационального питания;
- о физиологии питания;
- о лечебных свойствах продуктов;
- общие сведения о полезном и вредном воздействии микроорганизмов на

пищевые продукты.

Должны уметь:

- осуществлять поиск необходимой информации в области кулинарии;
- определять количество продуктов и выполнять технологические операции по обработке продуктов с соблюдением безопасных приёмов работы;

- работать с кухонным оборудованием;
- определять качество продуктов;
- планировать работу;
- выполнять сервировку стола;
- правильно выбирать способы обработки продуктов;
- рационально использовать знания о здоровой пище;
- планировать проектную деятельность;
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности в

повседневной жизни.

Ожидаемые результаты:

- повышение интереса к профессии «Повар»;
- развитие творческих способностей;
- знание истории блюд, подачу блюд, оформление

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Основные направления и содержание деятельности

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартука и косынки, сменной обуви. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Работа объединения связана с использованием нагревательных приборов (электрическая плита, духовой шкаф, электрический чайник, микроволновая печь), режущих инструментов (ножи, кухонный комбайн), с варкой, жарением, выпечкой. Это обязывает особое внимание обращать на правила безопасности труда.

Знания в области экологии необходимы каждому человеку как умение читать, писать и считать. Экология – наука о взаимоотношении живых организмов и условий среды. Поэтому в области кулинарии экологические знания необходимы. Накапливающаяся пыль в помещении, испарения жидкостей для мытья посуды и сантехники загрязняют воздух в помещении. Чтобы снизить загрязнения воздуха в помещениях необходимо плотно закрывать крышки емкостей с хим. жидкостями и выбрасывать пропитанную химикатами ветошь в герметичные контейнеры. Огромное значение имеет вентиляция. Регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку. В кухонном помещении должна быть установлена вытяжка. Большая роль в очистке воздуха в помещении отводится комнатным растениям.

Наиболее характерна комбинированная структура занятий: организационный момент, повторение пройденного материала, изложение новой темы, вводный инструктаж, подготовка к практической работе, практическая работа и текущий инструктаж, уборка рабочих мест, сервировка стола, дегустация. Заключительный инструктаж, мытье посуды, уборка помещения.

Подростки отстраненно воспринимают теоретические и лекционные занятия, не влекущие действия с их стороны, но требующие их внимания, поэтому теоретическая часть курса проводится в форме живых бесед, где все время поддерживается обратная связь с учениками. Уже в ходе занятия можно делать заключение по степени усвояемости учащимися материала.

Условия реализации программы

Занятия проводятся в кабинете технологии, в оборудованном помещении для кулинарии, отвечающим санитарно-гигиеническим требованиям. Кабинет светлый, сухой, с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией.

Учебная кухня оборудована подвесными шкафами, разделочными столами. Для работы имеется необходимый инвентарь.

Формы контроля

- наблюдение за учебной деятельностью и анализ практической работы;
- оформление кулинарного альбома учащимися и его анализ.

Механизм оценки получаемых результатов:

Прямыми критериями оценки получаемых результатов обучения являются достижения учащихся: приготовление блюд данной страны, выполненных в соответствии с технологией приготовления.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

Интернет источники:

1. Авторская программа "Кухня народов мира" Гулевич Е.М., 2014 г.
<http://festival.1september.ru/articles/639950/>
2. Авторская программа «Кухни народов мира» Малявина Р.И., 2013 г.
<http://festival.1september.ru/articles/592858/>