

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 2024 г.  
Протокол № 4

Утверждена приказом директора  
МАУ ДО ЦРТДиЮ  
от 26 апреля 2024 года №49

Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
**«Кулинарное мастерство»**

Возраст обучающихся: 10 – 15 лет  
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Молодан Екатерина Дмитриевна

п.г.т. Зеленоборский  
2024 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа разработана с учетом:

– Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

– приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

– постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

**Новизна программы.** Занятия по данной программе позволят обучающимся познакомиться с многочисленными профессиями, связанными с питанием человека, и приобрести навыки по приготовлению пищи. Дети узнают о культуре различных народов мира через их традиционные блюда, что позволит открыть участникам образовательной программы новые горизонты в мире кулинарии. Эта программа будет реализовываться впервые.

**Актуальность программы** заключается в развитии у ребенка социально значимых умений, помогает сформировать первичные навыки в кулинарии, способствует развитию самостоятельности, раскрытию творческого потенциала 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, приучается к труду и коллективной работе для получения максимально эффективного результата, развивает вкусовое восприятие и творческое мышление, через кухню узнает немаловажные исторические факты разных стран. Полученные знания и умения могут способствовать выбору специальности.

**Цель программы:** формирование социально-активной личности через овладение основами кулинарного искусства.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- познакомить с организацией труда и техникой безопасности, правилами санитарии при приготовлении блюд;
- обучить знаниями и умениями, необходимыми для рационального питания, сформировать умения по приготовлению здоровой пищи;
- познакомить обучающихся с культурными ценностями национальных кухонь;
- обучить основным способам организации социально-значимой деятельности и технологии их осуществления (целеполагание, планирование, реализация, анализ и оценка достигнутых результатов).

*Развивающие:*

- развивать умение взаимодействовать со сверстниками;
- развивать интерес к кулинарному искусству;
- развивать у обучающихся способности к личностному самоопределению и творческой самореализации;
- развить эстетическое восприятие и творческое воображение;
- развивать творческие способности.

*Воспитывающие:*

- воспитать целеустремленность, настойчивость и последовательность в своей деятельности;
- воспитать самостоятельность;
- привить стремление к аккуратному качественному выполнению своей работы;
- привить навыки работы в группе;
- воспитывать трудолюбие и усердие.

**Отличительной особенностью** данной программы является её ориентация на целесообразное сочетание теоретической и практической составляющей содержания. Программа построена таким образом, что кроме

освоения и развития практических навыков, обучающимся предлагается интересный информационный материал о рецептуре различных блюд, об особенностях блюд разных народов мира, что способствует расширению кругозора детей. Процесс социализации осуществляется благодаря формированию базовых навыков самообслуживания при приготовлении и подаче пищи, освоению этикета, правил сервировки стола. Эти навыки дают ребенку возможность проявить самостоятельность в решении бытовых задач (выбор блюда для приготовления, определение набора продуктов, планирование действий, ведение бюджета питания семьи и др.). Помимо того, что обучающиеся под руководством педагога и с небольшой его помощью смогут приготовить блюда любой сложности, они познакомятся с основами фудфотографии, что позволит раскрыть и развить творческие способности детей, изучат основы молекулярной кухни, что расширит представление о кулинарии с научной точки зрения. В совокупности содержание программы позволяет организовать знакомство обучающихся с различными направлениями профессиональной деятельности человека.

**Возраст обучающихся, осваивающих** данную дополнительную общеобразовательную программу 10 - 15 лет. На программу первого года обучения могут зачисляться обучающиеся 10-13 лет. Обучающиеся принимаются без специального отбора на основании заявления от родителя (законного представителя).

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы.**

Программа рассчитана на 2 года обучения, продолжительность обучения по программе 72 часа на 1-м и 2-м году обучения.

**Форма реализации программы.**

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности обучающихся – групповая.

Виды занятий:

- теоретические занятия (беседы, презентации, видео);
- практические занятия (практикум);
- диагностические (тестирование).

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа с перерывом 15 минут. Академический час – 45 минут.

**Уровень сложности программы:** 1 год обучения – стартовый, 2 год обучения – базовый.

**Количество обучающихся в группе.**

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

**Условия реализации программы.**

Занятия проходят в специально оборудованном кабинете технологии, где имеются электроплита с духовым шкафом, холодильник, микроволновая печь, набор посуды, инвентаря, набор защитной одежды (халаты, шапочки, перчатки). Регулярное обеспечение свежими и качественными продуктами для занятий.

### **Ожидаемые результаты.**

#### *Личностные результаты:*

- умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- стремление оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- проявление интереса к кулинарной деятельности;
- позитивное отношение к кулинарии и жизненному самоопределению личности.

#### *Метапредметные результаты:*

- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- умение видеть красоту в оформлении блюд, выделять и обосновывать эстетические признаки.

#### *Предметными результатами:*

По окончании 1 года обучения обучающиеся **будут знать:**

- правила санитарии, гигиены, безопасной работы при приготовлении блюд;
- основы правильного питания;
- назначение и правила использования оборудования и кухонного инвентаря;
- основы фудфотографии;
- технологию и способы приготовления.

По окончании 1 года обучения обучающиеся **будут уметь:**

- соблюдать санитарно-гигиенические требования;
- рассчитывать калорийность готовых изделий;
- определять количество продуктов и выполнять технологические операции по обработке продуктов с соблюдением безопасных приёмов работы;
- работать с кухонным оборудованием;

- вести фотосъемку приготовленных блюд;
- составлять меню;
- определять качество продуктов;
- готовить различные блюда;
- оформлять готовое изделие;
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

По окончании 2 года обучения обучающиеся **будут знать:**

- историю кулинарии родного края;
- традиционные блюда кухонь разных стран мира;
- технологию приготовления сложных блюд;
- основу молекулярной кухни.

По окончании 2 года обучения обучающиеся **будут уметь:**

- готовить сложные блюда;
- самостоятельно вести бюджет питания семьи;
- составлять меню и перечень продуктов для него;
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

**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 1-го года обучения**

№ п/п	Тема	Всего часов	В том числе часов		Форма контроля
			Теорет.	Практ.	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Педагогическое наблюдение
2.	История возникновения кулинарного искусства	2	1	1	Педагогическое наблюдение
3.	Путешествие по кухне. Знакомство с подручными материалами. Самые	2	1	1	Педагогическое наблюдение

	необходимые кухонные гаджеты для дома				
4.	Основы рационального питания. Все о вкусе	2	1	1	Педагогическое наблюдение
5.	Меню. Заготовка продуктов впрок. Список продуктов, которые всегда должны быть дома	2	1	1	Педагогическое наблюдение
6.	История возникновения профессии повар. Инвентарь. Этикет	2	1	1	Педагогическое наблюдение
7.	Сервировка стола. Правила поведения за столом	2	1	1	Педагогическое наблюдение
8.	Способы обработки пищевых продуктов	2	1	1	Педагогическое наблюдение
9.	Фудфотография от А до Я	2	1	1	Демонстрация
10.	История кондитерского дела. Все о десертах и выпечке. Что такое технологическая карта	2	1	1	Педагогическое наблюдение
11.	Кондитерская	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	
11.1	Приготовление шоколадных конфет «Трюфель»	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.2	Трубочки из слоеного теста с белковым кремом	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.3	Приготовление зефира	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.4	Приготовление маршмелоу	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.5	Приготовление трайфлов	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.6	Приготовление капкейков	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.7	Приготовление шоколадных маффинов	2	1	1	Демонстрация готовых изделий

11.8	Приготовление бисквитного рулета	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.9	Приготовление пончиков	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.10	Приготовление пирожных вуппи-пай	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.11	Приготовление блинов «Креп сюзетт»	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.12	Приготовление сырников	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.13	Приготовление дрожжевого теста и выпечка пасхального кулича	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
11.14	Мастика. Лепка	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
12.	Торт	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
12.1	Приготовление теста, выпечка	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
12.2	Сборка и декор	2	-	2	Демонстрация готовых изделий
13.	Печенье	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	
13.1	Приготовление творожного печенья	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
13.2	Приготовление американского печенья с шоколадом	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
13.3	Приготовление печенья «Персик»	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
13.4	Приготовление печенья «Курабье»	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
13.5	Приготовление печенья «Савоярди» и десерта тирамису	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
14.	Пряник	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	



14.1	Пряничное тесто, приготовление заготовки для пряничного домика	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
14.2	Роспись и сборка пряничного домика	2	-	2	Демонстрация готовых изделий
15.	Моя кондитерская	4	1	3	Демонстрация готовых проектов
16.	Итоговое занятие	2	1	1	Презентация своих изделий
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>34</b>	<b>38</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1-го года обучения

### **1. Вводное занятие – 2 часа.**

*Теоретические занятия – 2 часа.*

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. История возникновения профессии повар.

### **2. История возникновения кулинарного искусства - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Примитивная кухня, какой она была у первобытных народов, прошла долгий и трудный путь своего развития, прежде чем, наконец, превратилась в изысканное Кулинарное Искусство, впитавшее в себя достижения современной науки.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление каши.

### **3. Путешествие по кухне. Знакомство с подручными материалами. Самые необходимые кухонные гаджеты для дома - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Гениальные гаджеты для кухни, которые облегчат жизнь всем, кто любит готовить. Правила пользования.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление смузи.

#### **4. Основы рационального питания. Все о вкусе – 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.

#### **5. Меню. Заготовка продуктов впрок. Список продуктов, которые всегда должны быть дома - 2 часа.**

*Теоретическое занятие - 1 час.*

Составление меню, подбор ингредиентов, составление списка для покупок, тайминг. Обязательные продукты дома, чек-лист.

*Практическое занятие – 1 час.*

Составление меню на неделю, составление списка продуктов для похода в магазин.

#### **6. История возникновения профессии повар. Инвентарь. Этикет – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление коктейля с помощью инструментов бармена.

#### **7. Сервировка стола. Правила поведения за столом – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Посуда для подачи десертов. Посуда для холодных, горячих десертов, посуда для подачи выпечки, для тортов, фруктов. Правила «правой руки». Общий стиль. Правила сервировки стола и поведения за столом.

*Практическое занятие – 1 час.*

Сервировка стола.

#### **8. Способы обработки пищевых продуктов - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Основные способы кулинарной обработки продуктов.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление картофеля тремя способами.

## **9. Фудфотография от А до Я - 2 часа.**

*Теоретические занятия - 1 час.*

Основы фудфотографии, свет, цвет, композиция, базовые правила.

*Практические занятия – 1 час.*

Создание композиции, съемка с разными световыми схемами.

## **10. История кондитерского дела. Все о десертах и выпечке. Что такое технологическая карта - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

История кондитерского дела. Определение «десерт». История возникновения. Правила составления технологической карты.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление пирожного «Картошка».

## **11. Кондитерская – 28 часов.**

### **11.1 Приготовление шоколадных конфет «Трюфель» - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технологическая карта приготовления. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Практическая работа по приготовлению конфет.

### **11.2 Трубочки из слоеного теста с белковым кремом – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление трубочек из слоеного теста с белковым кремом.

### **11.3 Приготовление зефира – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление яблочного зефира на агаре.

### **11.4 Приготовление маршмеллоу – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление маршмеллоу.

### **11.5 Приготовление трайфлов – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление трайфлов.

### **11.6 Приготовление капкейков – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление капкейков с ванильным кремом.

### **11.7 Приготовление шоколадных маффинов – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление шоколадных маффинов.

### **11.8 Приготовление бисквитного рулета – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление бисквитного рулета с кремчизом и бананом.

### **11.9 Приготовление пончиков – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление пончиков с начинкой.

### **11.10 Приготовление пирожных вуппи-пай – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление пирожных вуппи-пай.

### **11.11 Приготовление блинов «Креп сюзетт» - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление блинов «Креп сюзетт».

### **11.12 Приготовление сырников – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление сырников.

### **11.13 Приготовление дрожжевого теста и выпечка пасхального кулича – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление дрожжевого теста и выпечка пасхального кулича.

### **11.14 Мастика. Лепка – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Виды мастики для лепки и декора, окрашивание. Обзор инструментов для лепки. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Лепка из мастики, окрашивание.

## **12. Торт – 4 часа.**

### **12.1 Приготовление теста, выпечка – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление коржей для торта.

### **12.2 Сборка и декор – 2 часа.**

*Практические занятия – 2 час.*

Сборка, финишное покрытие и декор торта.

## **13. Печенье – 10 часов.**

### **13.1 Приготовление творожного печенья – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление творожного печенья.

### **13.2 Приготовление американского печенья с шоколадом – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление американского печенья.

### **13.3 Приготовление печенья «Персик» - 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление печенья «Персик».

### **13.4 Приготовление печенья «Курабье»- 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Практическая работа по приготовлению печенья «Курабье».

### **13.5 Приготовление печенья «Савоярди» и десерта тирамису – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление печенья «Савоярди» и сборка десерта тирамису.

## **14. Пряник – 4 часа.**

### **14.1 Пряничное тесто, приготовление заготовки для пряничного домика – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Технология приготовления и история десерта. Техника безопасности.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление пряничного теста, выпечка заготовок для пряничного домика.

### **14.2 Роспись и сборка пряничного домика – 2 часа.**

*Практические занятия – 2 часа.*

Роспись и сборка пряничного домика.

## **15. Моя кондитерская – 4 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Знакомство с известными кондитерскими нашей страны, ассортимент.

*Практическое занятие- 3 часа.*

Проект кондитерской, разработка меню.

## **16. Итоговое занятие – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Подведение итогов первого года обучения

*Практическое занятие - 1 час.*

Презентация своих изделий.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-го года обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	В том числе часов		Форма контроля
			Теорет.	Практ.	
1.	Вводное занятие	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
2.	Кухни народов мира	<b>50</b>	<b>9</b>	<b>41</b>	
2.1	Традиционная кухня Кольского севера	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2.2	Традиционная русская кухня, многонациональная кухня	8	1	7	Демонстрация готовых изделий
2.3	Итальянская кухня	8	1	7	Демонстрация готовых изделий
2.4	Французская кухня	8	1	7	Демонстрация готовых изделий
2.5	Грузинская кухня	6	1	5	Демонстрация готовых изделий
2.6	Американская кухня	6	1	5	Демонстрация готовых изделий
2.7	Японская кухня	6	1	5	Демонстрация готовых изделий
2.8	Австрийская кухня	4	1	3	Демонстрация готовых изделий
2.9	Традиционное блюдо моей семьи	2	1	1	Демонстрация готовых изделий
3.	Молекулярная кухня	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>17</b>	Педагогическое наблюдение
4.	Итоговое занятие	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Тестирование
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>13</b>	<b>59</b>	

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2-го года обучения

#### 1. Вводное занятие – 2 часа.

Теоретические занятия – 2 часа.

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. История возникновения профессии повар.

## **2. Кухни народов мира – 50 часов.**

### **2.1 Традиционная кухня Кольского севера – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

История, традиции, популярные блюда нашего края, способы приготовления, используемые ингредиенты, современная кухня.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление калиток. Технологическая карта. Техника безопасности.

### **2.2 Традиционная русская кухня, многонациональная кухня – 8 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

История возникновения, популярные блюда. Основные ингредиенты и способы приготовления. Техника безопасности. Традиционные закуски русского стола.

*Практические занятия – 7 часов.*

Приготовление пельменей, борща, чак-чак, пирогов.

### **2.3 Итальянская кухня – 8 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практические занятия – 7 часов.*

Приготовление аранчини, пасты, пиццы, пана-коты.

### **2.4 Французская кухня – 8 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практические занятия – 7 часов.*

Приготовление сырного супа, киша, эклеров.



## **2.5 Грузинская кухня – 6 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практические занятия – 5 часов.*

Приготовление пхали, хачапури, пахлавывы.

## **2.6 Американская кухня – 6 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практические занятия – 5 часов.*

Приготовление салата «Цезарь», нагетсов, чизкейка.

## **2.7 Японская кухня – 6 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практические занятия – 5 часов.*

Приготовление гедза, онигири, моти.

## **2.8 Австрийская кухня – 4 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

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

*Практические занятия – 3 часа.*

Приготовление венских вафель, босна.

## **2.9 Традиционное блюдо моей семьи – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Рассказы о традициях семей участников объединения. Выбор наиболее интересного блюда.

*Практическое занятие – 1 час.*

Приготовление семейного блюда.

## **3. Молекулярная кухня – 18 часов.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Что такое молекулярная кухня. Техники приготовления, инструменты, ингредиенты.

*Практические занятия – 17 часов.*

Приготовление молекулярной яичницы, апельсиновых спагетти, шоколадного мусса, кофейной икры, бабл ти, сферификация, фруктовый минестроне.

#### **4. Итоговое занятие – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 1 час.*

Подведение итогов обучения. Выдача свидетельств об обучении. Рекомендации к дальнейшему продолжению обучения. Обзор профессий. Обзор учебных заведений по специальности «Повар», «Кондитер».

*Практическое занятие – 1 час.*

Итоговое тестирование (Приложение 1).

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 1 года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория	2	Вводное занятие	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
2.	Сентябрь			Теория Практика	2	История возникновения кулинарного искусства	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
3.	Сентябрь			Теория Практика	2	Путешествие по кухне. Знакомство с подручными материалами. Самые необходимые кухонные гаджеты для дома	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
4.	Сентябрь			Теория Практика	2	Основы рационального питания. Все о вкусе	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
5.	Октябрь			Теория Практика	2	Меню. Заготовка продуктов впрок. Список продуктов, которые всегда должны быть дома	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
6.	Октябрь			Теория Практика	2	История возникновения профессии повар. Инвентарь. Этикет	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
7.	Октябрь			Теория Практика	2	Сервировка стола. Правила поведения за столом	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
8.	Октябрь			Теория Практика	2	Способы обработки пищевых продуктов	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
9.	Ноябрь			Теория Практика	2	Фудфотография от А до Я	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация
10.	Ноябрь			Теория Практика	2	История кондитерского дела. Все о десертах и выпечке. Что такое технологическая карта	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
11.	Ноябрь			Теория Практика	2	Приготовление шоколадных конфет «Трюфель»	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
12.	Ноябрь			Теория Практика	2	Трубочки из слоеного теста с белковым кремом	Кабинет «Точка роста»	Демонстрация готовых изделий

							с. Алакуртти	
13.	Декабрь			Теория Практика		Приготовление зефира	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
14.	Декабрь			Теория Практика	2	Приготовление маршмелоу	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
15.	Декабрь			Теория Практика	2	Приготовление трайфлов	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
16.	Декабрь			Теория Практика	2	Приготовление капкейков	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
17.	Январь			Теория Практика	2	Приготовление шоколадных маффинов	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
18.	Январь			Теория Практика	2	Приготовление бисквитного рулета	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
19.	Январь			Теория Практика	2	Приготовление пончиков	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
20.	Январь			Теория Практика	2	Приготовление пирожных вуппи-пай	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
21.	Февраль			Теория Практика	2	Приготовление блинов «Креп сюзетт»	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
22.	Февраль			Теория Практика	2	Приготовление сырников	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
23.	Февраль			Теория Практика	2	Приготовление дрожжевого теста и выпечка пасхального кулича	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
24.	Февраль			Теория Практика	2	Мастика. Лепка	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
25.	Март			Теория Практика	2	Приготовление теста, выпечка	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
26.	Март			Теория Практика	2	Сборка и декор	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
27.	Март			Теория Практика	2	Приготовление творожного печенья	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
28.	Март			Теория Практика	2	Приготовление американского печенья с шоколадом	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
29.	Апрель			Теория Практика	2	Приготовление печенья «Персик»	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
30.	Апрель			Теория Практика	2	Приготовление печенья «Курабье»	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
31.	Апрель			Теория Практика	2	Приготовление печенья «Савоярди» и десерта тирамису	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
32.	Апрель			Теория Практика	2	Пряничное тесто, приготовление заготовки для пряничного домика	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
33.	Май			Теория Практика	2	Роспись и сборка пряничного домика	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых проектов.
34.	Май			Теория Практика	2	Моя кондитерская	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
35.	Май			Теория Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
36.	Май			Теория Практика	2	Итоговое занятие	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Презентация своих изделий

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 2 года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	-	-	Теория	2	Вводное занятие	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
2.	Сентябрь	-	-	Теория Практика	2	Традиционная кухня Кольского севера	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
3.	Сентябрь	-	-	Теория Практика	2	Традиционная русская кухня, многонациональная кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение Демонстрация готовых изделий
	Сентябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Сентябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Октябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
4.	Октябрь	-	-	Теория Практика	2	Итальянская кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
	Октябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Октябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Ноябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
5.	Ноябрь	-	-	Теория Практика	2	Французская кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
	Ноябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Ноябрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Декабрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
6.	Декабрь	-	-	Теория Практика	2	Грузинская кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
	Декабрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Декабрь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
7.	Январь	-	-	Теория Практика	2	Американская кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
	Январь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Январь	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
8.	Январь	-	-	Теория Практика	2	Японская кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий

	Февраль	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Февраль	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
9.	Февраль	-	-	Теория Практика	2	Австрийская кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
	Февраль	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
10.	Март	-	-	Теория Практика	2	Традиционное блюдо моей семьи	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Демонстрация готовых изделий
11.	Март	-	-	Теория Практика	2	Молекулярная кухня	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Педагогическое наблюдение
	Март	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Апрель	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Апрель	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Апрель	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Апрель	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Май	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
	Май	-	-	Практика	2		Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	
12.	Май			Теория Практика	2	Итоговое занятие	Кабинет «Точка роста» с. Алакуртти	Итоговое тестирование

## 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 обучающегося;
- системно-деятельностный подход для самостоятельного успешного усвоения новых знаний детьми;
- технология проектной деятельности для развития навыков самостоятельного поиска информации, планирования и организации работы, командной работы.

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

### **Воспитательная работа**

Содержание дополнительной образовательной программы «Кулинарное мастерство» имеет большой воспитательный потенциал. Изучая различные кухни мира, в том числе русскую, у детей формируется уважение к традициям и культуре других народов. Это способствует развитию толерантности и культурной осведомленности, что в современном мире имеет огромное значение. Изучение правил санитарии, обработки, хранения продуктов и технологий приготовления блюд помогает понимать важность труда людей различных профессий в обеспечении безопасности и здоровья. Это не только расширяет кругозор, но и закладывает основы здорового питания и ответственного отношения к продуктам. Освоение основ фудфотографии в свою очередь не только развивает эстетическое восприятие, но и культуру использования гаджетов. В эпоху цифровых технологий это важный аспект, который помогает детям правильно и эффективно использовать свои устройства, а также развивать навыки визуального восприятия.

Освоение кулинарного искусства сопровождается развитием творческих способностей обучающихся, а также развитием их личных качеств, необходимых для успешной социализации, таких как самостоятельность, трудолюбие, аккуратность, коммуникабельность и другие. Этот процесс не только позволяет детям приобрести навыки готовки, но и способствует их всестороннему развитию, включая умение работать в коллективе и чувствовать ответственность за свою работу.

Освоение кулинарного искусства предполагает проектную деятельность с включением в образовательный процесс родителей. Это совместное участие способствует укреплению взаимоотношений между детьми, родителями и педагогами, а также помогает обучающимся обрести уверенность в своих силах и навыках. Включение семьи в образовательный процесс не только делает обучение более интересным и мотивирующим, но и формирует положительное отношение к обучению и укрепляет семейные

связи. Совместные мероприятия могут включать в себя организацию кулинарных мастер-классов, кулинарных -поединков, а также приготовление блюд для школьных мероприятий.

Воспитательный процесс осуществляется непрерывно на всех этапах освоения программы.

#### **Способы определения результативности обучения.**

– педагогическое наблюдение. Систематическое и целенаправленное наблюдение за действиями, поведением обучающихся во время занятий для определения как обучающиеся осваивают материал, как они взаимодействуют друг с другом и какие методы обучения оказываются наиболее эффективными.

– педагогический анализ приготовленных блюд. Анализируется не только конечный результат (вкус, внешний вид, текстура), но и процесс приготовления, соблюдение технологических и санитарных норм, творческий подход.

**Форма подведения итогов реализации программы** - практические задания, итоговый контрольный опрос проходит в виде тестового опроса в соответствии с приложением № 1.

### **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 повара (фартуки, колпаки, нарукавники), ноутбук, мультимедийный проектор.

Программа планирует софинансирование за счет внебюджетных средств.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

Литература для педагога:

1. Ториссон М. Французская домашняя кухня. Сюжеты и рецепты виноградного края. / М. Ториссон. – Москва : КоЛибри, 2020. – 336 с.

2. Похлебкин, В.В. Все о пряностях / В.В. Похлебкин. – Москва : Центрполиграф, 2009. – 207 с. – ISBN 978-5-9524-4900-8.

3. А.И.Сдобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный А.И, В.А., М.И Сборник Рецептур блюд и Кулинарных Изделий для предприятий общественного питания / А.И, В.А., М.И А.И.Сдобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – Москва : Арий, 2022. – 679 с.

4. Лапшина, В. Т. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания для предприятий общественного питания / В. Т. Лапшина. – М : Хлебпродинформ, 2013. – 632 с. – ISBN 5-93109-051-7.

Литература для родителей и обучающихся:

1. Карпенко Т. 1000 классических рецептов. Кулинария для всех / Т. Карпенко. – Москва: АСТ, 2019. – 315 с. – ISBN 5-17-022885-6

2. Васюкова А.Т. Технология кулинарной продукции за рубежом / А.Т. Васюкова, Н.И. Мячикова, В.Ф. Пучкова. – Москва: Дашков и К, 2018. – 368 с.



**Тестовые материалы  
для контрольного опроса обучающихся  
на выявление уровня знаний теоретического материала по  
программе «Кулинарное мастерство»**

дата проведения \_\_\_\_\_

ФИО обучающегося \_\_\_\_\_

№	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.	Самая распространенная схема света в фудфотографии.				
8.	Правила композиции в фудфотографии.				
9.	Что такое сувид?				
10.	Самые необходимые кухонные гаджеты.				
11.	Как располагаются столовые приборы при ежедневной сервировке стола?				
12.	Что такое дегидратор?				

Правильный ответ 2 балла.

Не во всем верный ответ – 1 балл.

Неправильный ответ – 0 баллов.

От 24 до 18 баллов – «В» высокий уровень освоения программы.

От 17 до 10 баллов – «С» средний уровень освоения программы.

До 9 баллов – «Н» низкий уровень освоения программы.

*Критерии оценки:*

«В» - владеет всем объемом знаний, полученных в процессе обучения по теме, разделу; владеет всеми навыками, предусмотренными программой, способен выполнить работу самостоятельно, выбрать действия, необходимые для решения задачи.

«С» - промежуточные уровни, оценка зависит от количества ошибок и пробелов.

«Н» - владеет информацией, освоил отдельные навыки, но не способен провести весь процесс работы самостоятельно, нуждается в руководстве; не умеет самостоятельно выбрать действия, необходимые для решения задачи.

Кулинарная викторина

- Из какого злака получают перловую крупу. /Ячмень/
  - И торт и император. /Наполеон/
  - Перечень блюд. /Меню/
  - Из чего состоит блюдо. / Ингредиенты/
  - Наука о чистоте. /Гигиена/
  - Назовите основное классическое русское национальное горячее суповое блюдо. /Щи/
  - И шоколадные конфеты, и название грибов. /Трюфель/
  - Национальный грузинский суп. /Харчо/
  - Что можно приготовить, но нельзя съесть? /Уроки/
  - Вяленый виноград. /Изюм/
  - В воде родится, а воды боится. /Соль/
  - Сидит на ложке, свесив ножки /Лапша, капуста/
  - Стоит городок, сколько сереньких домов, столько беленьких жильцов
- /Подсолнух/
- Не разбив горшочка, не съешь каши. /Орех/
  - Сидит девица в темнице, а коса на улице. /Морковь/
  - На соломинке дом, сто ребяток в нем. /Мак/
  - Я бел как снег, в чести у всех. И нравлюсь вам. Хоть во вред зубам.
- /Сахар/
- Чего во рту не удержишь. /Кипяток/
  - Круглое, да я не яблоко. С хвостом, да не мышь. /Редис/
  - Всех кормлю с охотой, а сама безротая. /Ложка/
  - Рассыпчатая, вязкая, жидкая, густая. /Каша/
  - Она бывает глубока, она бывает мелка, однако это не река, зовут ее.
- /Тарелка/
- Из-под шапки пар валит, в животе вода кипит. /Самовар/