

Государственное бюджетное учреждение Ленинградской области центр помощи детям – сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей с ограниченными возможностями здоровья «Сиверский ресурсный центр по содействию семейному устройству»

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 1

«19» 09 2019 года



«УТВЕРЖДАЮ»

директор

Т.А.Гасюнас

«19» 09 2019 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ АДАПТИРОВАННАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КУЛИНАРИЯ»

Возраст детей: 7 – 18 лет.

Срок реализации: 1 год.

Автор: Коломеец Галина Станиславовна

Педагог дополнительного образования

п. г. т. Сиверский
2019 г.

Содержание:

1. Пояснительная записка
3. Содержание программы
4. Учебно – тематический план
5. Методические материалы
6. Календарно – тематический план
7. Литература

Пояснительная записка

Данная программа делает акцент на личностно - ориентированный подход к каждому ребёнку в нашем ресурсном центре.

Воспитание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в современном российском обществе реализуется, в основном, в детских домах, которые остаются основными социальными институтами, обеспечивающими воспитательный процесс и подготовку осиротевших детей к жизни в обществе. Учитывая особый образ жизни таких детей, у которых культивируются такие качества, как беспомощность, потребительство, приспособленчество, считаю необходимостью, в ресурсном центре, подготовки воспитанников к самостоятельной жизни, сформировать у них определенные социальные знания умения, навыки. Организация занятий по кулинарии, поможет подготовить детей-сирот к преодолению трудностей в социализации. Подготовка воспитанников к семейному устройству проводится в течение всего времени.

Программа «Кулинария» рассчитана на тех, кто делает первые шаги, знакомится с кухней, хозяйством вообще, учится быть экономным, хорошо ориентироваться в многообразии продуктов, а также в приготовлении различных блюд из простых доступных продуктов. Программа адаптирована для детей с ОВЗ (дети VII и VIII вида). Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам.

Данная рабочая программа рассчитана на один год обучения для детей 7 – 18 лет. 72 часа в год (по 2 часа в неделю).

Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт воспитанников как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Основной формой обучения является учебно-практическая деятельность воспитанников. Приоритетными методами являются практические работы.

Ведущей структурной моделью для организации занятий по кулинарии является комбинированный урок. На занятиях кулинарии воспитанники получают знания, умения и навыки в области бытового труда, в сфере личной гигиены.

По окончании курса «Кулинарии» воспитанники овладевают безопасными приемами труда с кухонными инструментами, электробытовыми приборами, и умениями в области технологии обработки пищевых продуктов, ведения домашнего хозяйства, знакомятся с основными

профессиями пищевой промышленности. В жизни каждого ребенка бывает много праздников, хочется, чтобы дети умели правильно организовать его, составить программу, подготовить праздничный стол, хорошо сервировать его. Ведь каждый ребенок, девочка или мальчик, становятся взрослыми, если они в детстве будут знать, уметь и проводить торжества, то и в дальнейшей своей взрослой жизни смогут подготовиться к любому семейному мероприятию, празднику, стать гостеприимными.

Подготовка воспитанников к семейному устройству проводится в течение всего времени. Для этого созданы все условия.

Направленность

Направленность образовательной программы по курсу «Кулинария» социально – педагогическая. Программа «Кулинария» охватывает широкий возрастной диапазон и многофункциональна по своему назначению.

Проблема бесконфликтной интеграции воспитанников коррекционных учреждений в социум в настоящее время стоит очень остро. Часто дети-сироты оказываются, не приспособлены к самостоятельному проживанию, не имеют навыков ведения домашнего хозяйства, не владеют знаниями приготовления пищи. Для решения этой проблемы в ресурсном центре по содействию семейному устройству есть кабинет кулинарии.

Благодаря практической направленности, деятельному характеру и тесной связи с повседневной жизнью, занятия по кулинарии дают возможность воспитаннику получать новые знания, умения, навыки, интегрировать их со знаниями, полученными на других школьных предметах, и применять их в самых различных жизненных ситуациях.

Новизна

Кулинария – искусство приготовления пищи. «В здоровом теле – здоровый дух!» - говорили древние, здоровье и настроение, готовность трудиться во многом зависят от питания и отдыха. Важно не только правильно готовить, но и правильно питаться. Умение вкусно готовить хорошая привычка. Умение красиво подать блюдо, правила сервировки — воспитывает

эстетический вкус. Навыки и умение, сформированные в детстве, закладывают установку для дальнейшей жизни. На занятиях по кулинарии воспитанники учатся искусству приготовления пищи, творчески оформлять блюда к праздникам, выставкам, готовить разные закуски, салаты, первые и вторые блюда, десерты и торты. Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития и коррекции практических навыков детям предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора детей, облегчающий их дальнейшую социализацию. Дети любят готовить, пользуются всевозможными приборами и посудой, учатся работать с современной бытовой техникой: микроволновая печь, посудомоечная машина, электроблинница, фритюрница, электрическая мясорубка. Для проведения занятий в ресурсном центре есть кабинет площадью 24 кв.м, а также созданы все условия для обучения. В настоящее время кабинет кулинарии является для детей образцом современной кухни, постоянно пополняется современной бытовой техникой, инструментами, мебелью, посудой, приборами, специализированной литературой.

Актуальность

«Скажи мне – и я забуду

Покажи мне – и я запомню

«Вовлеки меня – и я научусь»

Китайская пословица

В «Сиверском ресурсном центре по содействию семейному устройству» воспитываются дети в возрасте от 7 до 18 лет. Поступают дети из неблагополучных семей. А ведь пища – является одним из основных элементов, необходимых для нормальной жизнедеятельности человека. От того как человек питается, зависит его здоровье, внешний вид, функционирование внутренних органов, настроение, трудоспособность. Дело в том, что дети, воспитывающиеся в специальных образовательных

учреждениях, как правило, получают готовую пищу, не зная, как и из каких продуктов, она готовится, не имея практического опыта, элементарных знаний и умений, присущих детям из обычных семей. Вот поэтому возникла идея о необходимости проводить в основном практические занятия по кулинарии, дающие основы знаний и умений готовить пищу, соблюдать гигиену, культуру питания, как одного из основных направлений решения проблемы социальной адаптации детей-сирот.

Безусловно, ресурсный центр даже в лучшей его форме не может полностью компенсировать утрату семьи, но наиболее эффективно подготовить ребёнка к самостоятельной жизни в обществе возможно.

Владение кулинарией требует большого объема знаний и навыков, значительной культуры и эрудиции, чтобы соответствовать современным требованиям. Полученные на занятиях знания помогут детям не только накормить в будущем свою семью, гостей, но и сделать, быть может, первый шаг в выбранной специальности. Подготовка к самостоятельной жизни – одна из основных задач процесса обучения курса «Кулинарии», воспитанников, которым в связи с объективными трудностями адаптации и социализации усиленное развитие этих навыков необходимо в первую очередь.

Актуальность программы «Кулинария» в том, что обучение детей направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важными этапами на пути социализации личности.

Цель программы: подготовка воспитанников к самостоятельной жизни путём формирования необходимого запаса знаний и практических умений, которые позволят правильно ориентироваться в современном мире и самостоятельно организовывать свой быт в постинтернатный период и дальнейшей жизни.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

Обучающие:

- обучить технологии приготовления различных блюд;

- познакомить детей с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов; организацией труда при приготовлении пищи;
- обогатить словарный запас детей, на основе использования соответствующей терминологии;
- ознакомить воспитанников с санитарно – гигиеническими правилами и техникой безопасности при выполнении кулинарных работ;
- формировать навыки работы с инструментами и приборами при обработке различных продуктов;
- приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности.

Коррекционно - развивающие:

- пробудить интерес к кулинарному искусству у детей;
- развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- развить эстетическое восприятие и творческое воображение;

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, аккуратность;
- привить навыки работы в группе, формировать культуру общения;
- формировать любовь и уважение к традициям русской кухни;
- формировать позитивную установку на семейную жизнь

Содержание общеразвивающей программы «Кулинария»

- 1. Вводное занятие.** Гигиена приготовления пищи. Техника безопасности на занятиях кулинарии (2 часа).

Основные теоретические сведения

План и задачи программы по кулинарии. Правила поведения на занятиях. Организация рабочего места, инвентарь. Значение питания в жизни человека.

Понятие о здоровом питании. Меню. Режим питания воспитанника. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Правила санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Специальная одежда (передник, косынка, колпак, сменная обувь). Безопасные приемы работы с оборудованием, инструментами, горячими жидкостями. Оказание первой помощи при ожогах, порезах и других травмах. Приведение помещения кухни в соответствие с требованиями санитарии и гигиены. Проведение сухой и влажной уборки. Освоение способов применения различных моющих и чистящих средств. Рациональное размещение инструментов на рабочих местах. Выполнение правил гигиены вовремя приготовления пищи. Выполнение правил техники безопасности вовремя приготовления пищи. Инструктажи по технике безопасности. Аптечка.

Практические работы

Подготовка рабочего места и инвентаря. Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода). Режим питания ребенка.

2. Сервировка стола. Правила поведения за столом. Бутерброды (4 часа).

Основные теоретические сведения

Составление меню на завтрак. Правила подачи горячих напитков. Столовые приборы и правила пользования ими. Эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом.

Практические работы

Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Виды бутербродов. Приготовление бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов.

3. Первичная обработка овощей. Салаты (8 часов).

Основные теоретические сведения

Виды овощей. Содержание в них витаминов. Виды салатов. Изменение содержания витаминов и минеральных веществ в зависимости от условий кулинарной обработки.

Практические работы

Применение современных инструментов и приспособлений для механической обработки и нарезки овощей. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салатов. Приготовление блюд из сырых и вареных овощей. Жаренье овощей и определение их готовности. Складывание тканевых и бумажных салфеток различными способами.

4. Блюда из картофеля (8 часов).

Основные теоретические сведения

Что растёт в поле и огороде. История появления картофеля на Руси. Выращивание картофеля в России. Разнообразие блюд из картофеля.

Практические работы

Инструменты для работы с картофелем. Обработка и нарезка картофеля 2 – 3 способами: соломка, ломтики, кружочки. Приготовление картофеля отварного, запечённого, картофельного пюре, картофеля жареного и определение их готовности.

5. Супы (8 часов).

Основные теоретические сведения

Значение первых блюд в питании. Классификация супов по способу приготовления. Молочные супы. Использование отваров (овощных, крупяных, фруктовых) для приготовления супов.

Практические работы

Приготовление молочного суп, суп - пюре из свежих овощей, с использованием блендера. Молочный суп на выбор (вермишелевый или рисовый).

6. Молочные и яичные блюда(6 часов).

Основные теоретические сведения

Молоко и молочные продукты. Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи. Значение молочных блюд (питательные и вкусовые качества). Изделия из творога (сырники, вареники, запеканки, пудинги). Пищевая ценность яиц (питательные и кулинарные качества). Блюда из яиц (яичницы, омлеты, яйца отварные).

Практические работы

Приготовление коктейля, сырников, ленивых вареников, яичницы, омлета.

7. Изделия из теста (8 часов).

Основные теоретические сведения

Виды теста (блинное тесто, песочное). Состав теста. Рецепт теста. Различие по консистенции.

Практические работы

Приготовление оладьи, блины, песочное печенье.

8. Масленица (2 часа).

Основные теоретические сведения

История происхождения праздника. Разучивание песен, кричалок, частушек к празднику. Символ праздника – румяные блины.

Практические работы

Приготовление блинов с мёдом, сметаной и пр. Участие в празднике.

9. Блюда мучные и крупяные (4 часа).

Основные теоретические сведения

Питательная ценность круп, обработка. Приготовление каш. Изделия из круп (каши, биточки, запеканки, пудинги, крупяные гарниры). Макароны изделия. Виды макаронных изделий.

Практические работы

Приготовление отварных макаронных изделий (спагетти, рожки, ушки, вермишель). Приготовление каши рассыпчатой (гречневой, рисовой, пшенной — по выбору).

10. Окраска яиц к празднику Пасхи (4 часа).

Основные теоретические сведения

История происхождения праздника. Обычаи, традиции русской православной церкви.

Практические работы. Окраска яиц.

11. Сладкие блюда и напитки. День именинника. Праздник защитников Отечества. (8 часов).

Основные теоретические сведения

Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота, киселя, желе). Значение и вкусовые качества сладких блюд. Посуда чайная, для кофе. Горячие и холодные напитки Семейные традиции. Приглашение гостей. Оформление подарка. Значение подарков.

Практические работы

Заваривание чая. Приготовление компота, какао, киселя. Приготовление праздничных блюд. Блюда по - желанию. Поздравление. Вручение подарка.

12. Экскурсии, выставки, конкурсы, мастер - классы. Работа на участке (6 часов).

Основные теоретические сведения

Экскурсия на предприятие пищевой промышленности, в продуктовые магазины.

Практические работы

Экскурсии. Подготовка и проведение выставки. Конкурсы, связанные с кулинарным искусством. Весенние - осенние работы на участке. Знакомство с предприятием общественного питания, с оборудованием, техникой, с технологическим процессом обработки продуктов. Посещение кулинарной

студии Ильи Лазерсона. С воспитанниками следует проводить экскурсии на предприятия пищевой промышленности музеи и на выставки. Это расширяет кругозор и развивает эстетический вкус у детей. Способствует ориентации их в выборе профессии.

13. Итоговое занятие (6часов).

Основные теоретические сведения

Демонстрация воспитанниками умения сервировать стол и навыков поведения за столом. Конкурс на лучшее оформление холодных блюд на лучшее украшение бутерброда, кто быстрее и лучше очистит картофель. Загадки на грядке, викторина — вопросы, раскрывающие содержание работы курса занятий по кулинарии, награждение лучших и праздничный чай.

Практические работы

Конкурсы, связанные с кулинарным искусством. Весенние работы на участке. Подведение итогов работы. Чаепитие.

Дидактическое обеспечение

- Карточка «Украшение блюд», журналы «Кулинария», «Самобранка», «Люблю готовить», «Приготовление первых блюд», и др.
- Таблица калорийности основных продуктов питания
- Технологические карты, схемы приготовления блюд
- Фото и репродукции (разделы «Овощные и фруктовые салаты», «Украшение кондитерских изделий»)
- Тесты для контроля знаний, умений, навыков;
- Наглядный иллюстративный материал;
- Книги по кулинарии, учебно-методические пособия, справочники, энциклопедии.

Отличительная особенность программы

Отличительной особенностью настоящей программы от программы по трудовому обучению в школе является то, что она составлена с учётом интересов и потребностей детей, их возможностей, уровня подготовки и владения практическими навыками. Данная программа охватывает помимо преподавания практических навыков, развитие познавательной сферы через преподавание основ кулинарии. Программа представляет единую систему взаимосвязанных тем, которые постепенно усложняются, и при этом раскрывают многообразные связи предметной практической деятельности человека с его историей и культурой. В основу программы положен концентрический принцип - одни и те же темы рассматриваются каждый год с усложнением по видам деятельности и способам выполнения (в зависимости от имеющихся у воспитанников навыков, умений и потенциальных возможностей). Тематическое планирование, разработанное с учётом интересов и возможностей детей, допускает варьирование и замена отдельных тем, количества часов по темам.

Занятия направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной

жизни организацию правильного питания, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего их развития, на воспитание ответственности, самостоятельности. В процессе обучения должно компенсироваться недоразвитие эмоционально – волевой и речевой сферы детей.

Формы аттестации

Согласно положению об аттестации воспитанников, аттестация проходит во всех группах кроме первого года обучения, во втором полугодии – обязательна для всех воспитанников.

Цель аттестации: выявление уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам программ.

Задачи:

- Определить уровень теоретической подготовки воспитанников по программе;
- Выявить степень сформированности практических умений и навыков воспитанников
- Определить уровень освоения программы;
- Соотнести прогнозируемые и реальные результаты качества обученности воспитанников по программе;
- Спланировать коррекционную работу по разделам программы.
- Определить уровень освоения программы по итогам ее реализации.

В процессе аттестации проверяется уровень усвоения учебного материала по следующим критериям:

- Гигиена приготовления пищи Знание техники безопасности на занятии, сервировка стола. Правила поведения за столом. Овладение основными навыками пользования инструментами и посудой на кухне.

– Приготовление бутербродов;

- Первичная обработка овощей, приготовление салатов, винегрета.

-Приготовление: блюд из картофеля, супы, изделий из крупы, из теста, молочные и яичные блюда, сладкие блюда и напитки.

Аттестация не должна ставить воспитанника в стрессовую ситуацию. Поэтому формами проведения являются подготовка и проведение праздников (приготовление блюд, сервировка стола, приглашение к празднику, угощение), мастер – классы, проводимые старшими детьми, и совместные с профессионалам, выставки – ярмарки, приготовление угощения ветеранам ВОВ и другие мероприятия. Во время этих мероприятий воспитанники всегда получают поддержку педагога и сотрудников центра, а также ответственно и с желанием относятся к этому. Промежуточная аттестация-это старт к новым достижениям, это оценка качества обученности воспитанников по программе по итогам каждого полугодия.

Проведение итогов реализации программы проводится в 3этапа(в начале, середине и конце года). Формы и содержание промежуточной и итоговой аттестации определяются педагогом на основании содержания образовательной программы. Формы проведения аттестации могут быть следующие:

- анкетирование

-тестирование

-соревнование на быструю и правильную нарезку овощей

- конкурсы, мастер – классы

-выставка - ярмарка

- игровые и другие мероприятия.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «КУЛИНАРИЯ»

Должны

ЗНАТЬ:

1. навыки культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережёвывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой, знать элементарные правила сервировки стола;
2. правила безопасности труда при работе с режущими инструментами;
3. узнавать и называть по виду продукты питания;
4. распознавать разные виды круп;
5. приготовление пищи: напитков, салатов, десерта, каш, гарниров, изделий из теста.
6. организация рабочего места, правила безопасности работы и санитарно-гигиенические требования;
7. сервировку стола к обеду, празднику; различие чайной, столовой посуды;
8. уборка стола после приёма пищи, уход за посудой;
9. работу: плиты, эл.чайника, печи СВЧ, электроблинницы, электровафельницы;

УМЕТЬ:

1. готовить своё рабочее место, соблюдать на нем порядок в процессе работы и после её окончания;
2. пользоваться тёркой, ножом;
3. чистить и резать овощи, хлеб;
4. с помощью педагога делать бутерброды, салаты,
5. работать с готовым тестом, заваривать чай;
6. самостоятельно накрывать стол; использовать в работе необходимую посуду

7. выполнять работу в нужной последовательности;
8. соблюдать правила гигиены труда и безопасности в работе;
9. отвечать на вопросы полными предложениями, что из чего можно готовить;
10. варить кашу на воде и молоке, отваривать макаронные изделия, работать в коллективе, готовить третьи блюда, готовить изделия из теста.

Литература:

1. Маллер А.Р., Цикото Г.В. Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
2. Забрамная С.Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей. – М.: Просвещение, Владос, 1955.
3. Исаев Д.Н. Умственная отсталость у детей и подростков. Руководство. – Спб.: Речь, 2003.
4. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе: пособие для учителей и студентов дефектологов фак-ов пед. ин-ов/ под ред. В.В. Воронковой – М.: 1994.
5. Н.М. Конышева «Трудовое обучение в начальных классах» Издательство: СпецЛит 2000. Г.И.Жаренкова «Трудовое обучение» «Коррекционно-развивающее обучение». М., Дрофа, 2001
6. Ю. Л. Хатынцев, В.Д. Симоненко Программы общеобразовательных учреждений Технология Трудовое обучение 1- 4классы, 5 -11кл., М., «Просвещение», 2005
7. Книга о вкусной и здоровой пище - М.: Колос, 1993.
8. Коноплева Н.П. Как относиться к себе и быту, или Практическая психология Хозяйки Дома. – М.: АСТ-Пресс, 1997.
9. Бочкова И.А. Кулинария для детей. Кухни народов мира.- М., 2001.
10. Евладова Е., Логинова Л.Г. Дополнительное образование детей. Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М., 2002.
11. Е.И.Стадник. Учимся готовить –ООО Издательство «Ранок», 2011.
12. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006.
13. Журнал Коррекционная педагогика, № 2(14), 2006.
14. Программы специальной (коррекционной) школы VIII вида: 5-9 кл.: в 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001 – Сб.1.
15. Хилько А.А. и др. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образ. учрежд. VIII вида: Пособие для учителя. (Серия «Учителю коррекционной школы»). – СПб.: филиал издательства «Просвещение», 2006.
16. ШКОЛА ЖИЗНИ Подготовка к самостоятельной жизни Учебно – методическое пособие, Л.М.Кобрина, В.В.Юнина. - СПб.:изд. «ЗолотойОрёл»,2005.
17. В.Д.Симоненко. Технология Учебник для учащихся 5кл. общеобразовательной школы . – М., 2003.

ГБУ ЛО «Сиверский ресурсный центр по содействию семейному устройству»

«Согласовано»

«Утверждаю»

Заместитель директора по ВР

Директор

ГБУ ЛО «Сиверский ресурсный центр
по содействию семейному устройству»

ГБУ ЛО «Сиверский ресурсный центр
по содействию семейному устройству»


С.Г. Ляшенко


Т.А. Гасюнас

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Занятий по программе «Кулинария»

на 2019 -2020 учебный год

Дата	№ п/п	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
	1	Введение	6	2	4
Сентябрь	1.1	Вводное занятие. История возникновения кулинарии. Организация рабочего места, инвентарь. Правила техники безопасности и санитарной гигиены в кабинете. Правила поведения за столом, среди товарищей и в общественных местах. Вежливость, точность, обязательность. В гостях у этикета. Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину и чаю Праздничная сервировка стола.	2	1	1
	1.2	Основы здорового образа жизни. Сервировка стола к завтраку. Праздничная сервировка стола. Чаепитие. Бутерброды на скорую руку. Приготовление бутербродов. Виды бутербродов. Украшение.	2	0,5	1,5
	1.3	Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы). Правила поведения за столом. Приготовление блинов со сметаной.	2	0,5	1,5
	2	Первичная обработка овощей	8	1,25	6,75
Октябрь	2.1	Инструктаж по технике безопасности. Виды	2	0,5	1,5

		овощей. Содержание витаминов. Складывание тканевых и бумажных салфеток различными способами. Сервировка закусочного стола. Приготовление салата из капусты.			
	2.2	Минеральные вещества и здоровье. Приготовление салата из сырых и отварных овощей. Очистка и нарезка овощей. Винегрет.	2	0,25	1,75
	2.3	Блюда из жареных овощей. Определение их готовности. Работа с тёркой. Сервировка стола. Приготовление оладьев из кабачков.	2	0,25	1,75
	2.4	Применение современных инструментов и приспособлений для механической обработки и нарезки овощей. Приготовление картошки фри.	2	0,25	1,75
Ноябрь	3	Блюда из картофеля	8	1	7
	3.1	Инструктаж по технике безопасности. Приготовление жареной картошки	2	0,25	1,75
	3.2	Приготовление пюре. Назначение столовых приборов.	2	0,25	1,75
	3.3	Запекание картофеля со специями в духовке.	2	0,25	1,75
	3.4	Приготовление фаршированного картофеля с зеленью и сыром и салатом «Фантазия» (капуста, морковь, свёкла, лимон)	2	0,25	1,75
Декабрь	4	Супы	8	1	7
	4.1	Инструктаж по технике безопасности. Значение первых блюд в питании. Овощные супы. Технология приготовления супов. Сервировка стола к обеду. Приготовление овощного супа – пюре.	2	0,25	1,75
	4.2	Классификация супов по способу приготовления. Сервировка стола к обеду. Молочный вермишелевый суп	2	0,25	1,75
	4.3	Использование отваров (овощных, крупяных, грибных) для приготовления супов. Приготовление вегетарианского борща	2	0,25	1,75
	4.4	Приготовление шей из кислой капусты со сметаной.	2	0,25	1,75
Январь	5	Молочные и яичные блюда.	6	1	5
	5.1	Инструктаж по технике безопасности. Молоко и молочные продукты. Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Приготовление коктейля.	2	0,25	1,75
	5.2	Изделия из творога (сырники, вареники,	2	0,25	1,75

		запеканки, печенья). Приготовление творожного печенья «Ракушка»			
	5.3	Пищевая ценность яиц (питательные и кулинарные качества). Способы обработки. Блюда из яиц (яичницы, омлеты, яйца отварные). Приготовление яичницы, омлета.	2	0,5	1,5
Февраль	6	Изделия из теста. Масленица	8	1	7
	6.1	Инструктаж по технике безопасности. Приготовление сосиски в тесте.	2	0,25	1,75
	6.2	День Святого Валентина. Мастер - класс «Выпечка печенья в форме сердечек»	2	0,25	1,75
	6.3	Масленица. Выпечка блинов	2	0,25	1,75
	6.4	Масленица. Выпечка блинов. Народное гуляние!	2	0,25	1,75
Март	7	Блюда мучные и крупяные	8	3	5
	7.1	Инструктаж по технике безопасности. Макароны. Виды макаронных изделий. Приготовление отварных макарон (спагетти, рожки, ушки, вермишель) с маслом и сыром.	2	0,25	1,75
	7.2	Крупы. Питательная ценность круп. Приготовление каши рассыпчатой (гречневой, рисовой, пшенной — по выбору).	2	0,25	1,75
	7.3	Знакомство с итальянской кухней. Приготовление пиццы.	2	0,25	1,75
	7.4	Приготовление чебуреков с картошкой и сыром	2	0,25	1,75
Апрель	8	Сладкие блюда и напитки. Окраска яиц к Светлому Празднику Пасхи	10	2	8
	8.1	Инструктаж по технике безопасности. История происхождения праздника. Обычаи, традиции русской православной церкви. Окраска яиц к Светлому Празднику Пасхи	2	0,5	1,5
	8.2	В гостях у этикета. Хворост. Заваривание чая. Сервировка стола к чаю. Посуда чайная, для кофе. Горячие напитки Приготовление хвороста	2	0,5	1,5
	8.3	Технология приготовления сладких блюд из ягод и фруктов (компота, киселя, желе). Значение и вкусовые качества сладких блюд. Приготовление компота, какао, киселя. Блюда по - желанию.	2	0,5	1,5
	8.4	Витаминный напиток из шиповника, домашний апельсиновый лимонад	2	0,25	1,75
	8.5	Желе «Разбитое стекло»		0,25	1,75
Май	9	День именинника. Экскурсии, выставки,	10	2	8

		конкурсы, мастер – классы. Итоговое занятие			
	9.1	Инструктаж по технике безопасности Семейные традиции. Приглашение гостей. Оформление подарка. Поздравление. Вручение подарка. Значение подарков. Приготовление торта «Черепашка». Праздничная сервировка стола. Чаепитие	2	0,5	1,5
	9.2	Мастер – класс	2	0,25	1,75
	9.3	Конкурс на лучшее оформление холодных блюд на лучшее украшение бутерброда, кто быстрее и лучше очистит картофель. Конкурсы, связанные с кулинарным искусством картошкой	2	0,25	1,75
	9.4	Посещение кулинарной студии Ильи Лазерсона. Экскурсия	2		2
	9.5	Загадки на грядке, викторина — вопросы, раскрывающие содержание работы курса занятий по кулинарии, награждение лучших и праздничный чай. Итоговое занятие.	2	1	1
ВСЕГО ЧАСОВ:			72	14,25	57,7 5