

Управление образования администрации Губкинского городского округа  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования «НеШкола»

РАССМОТРЕНА  
на заседании  
педагогического совета  
протокол от  
\_31.08.2023\_\_ г., № \_05\_\_

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
МБУДО «Центр дополнительного  
образования «НеШкола»  
от \_31.08.2023\_\_ г., № \_\_\_\_38\_\_\_\_\_

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Няшки-вкусняшки»**

социально-гуманитарная направленность

***Объем обучения: 72 часа  
Срок реализации: 1 год  
Возрастная категория: 7 – 10 лет***

***Разработчик(и) программы:  
Нехвядович Наталья Иосифовна, педагог  
дополнительного образования***

г. Губкин, 2023 г.

Программа утверждена приказом директора МБУДО «Центр дополнительного образования «НеШкола» города Губкина Белгородской области Коваленко Т.С. Приказ от «\_31\_»\_\_08\_\_\_\_ 2023\_ №\_48\_\_, на основании решения педагогического совета от «\_31\_» \_\_08\_\_\_\_ 2023 г. протокол № \_\_05\_\_

## Пояснительная записка

Современный мир динамичен и разнообразен, таков и мир кулинария. Кулинарией занимаются любители и профессионалы, этот нелегкий труд, творчески очень интересен. Кто полюбил занятия кулинарией, тот уже никогда не оставит это удивительно увлекательное дело. Приготовление вкусных, здоровых и красивых блюд – необыкновенно захватывающий и творческий процесс, который рождает настоящие произведения искусства. Занятия кулинарией меняют представление о еде, расширяют рацион и способствуют ведению здорового образа жизни. Кухня любых народов мира является культурным наследием, развивалась, как искусство, неравномерно и становилось национальной традицией в результате творчества многих поколений.

Когда искусство кулинарии начинают осваивать с раннего возраста, у детей вырабатывается привычка готовить самим. Это может вызвать у некоторых интерес к тому, чтобы сделать кулинарию своей профессией. Умение готовить даст детям возможность усовершенствовать свои базовые навыки и заложит платформу для творчества на кухне.

Навыки, полученные на занятиях кулинарии, позволяют в дальнейшем вести успешную независимую жизнь. И будут очень полезны, тем, кто-то решит открыть кафе или захочет работать поваром.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Няшки-вкусняшки» разработана на основе анализа литературы, в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 №678-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 г. Москва "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления обучающихся и молодёжи».

**Актуальность программы** заключается в том, что обучение детей основам кулинарии способствует формированию здорового образа жизни. Программа отвечает условиям социального заказа современного общества, поскольку обучающиеся не только получают знания о кулинарии, как науке с учётом региональных особенностей, но и направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важными этапами на пути социализации личности.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что программа носит практико-ориентированный и культурно-национальный характер, и направлена на формирование интереса к национальной кухне, к процессу приготовления пищи и развития самостоятельности.

**Направленность программы:** социально-гуманитарная.

**Особенности реализации программы:** в процессе разработки программы были проанализированы материалы дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ по кулинарии. Отличительная особенность данной программы заключается в том, что материал подается от простого к сложному (в начале – гигиена кухни и простые салаты, в конце – «сказочная кулинария»). Еще одна особенность – дети имеют возможность выбора, какое блюдо приготовить, в рамках темы занятия.

**Целевая аудитория:** обучающиеся 7-10 лет.

**Язык обучения:** русский.

**Психолого-педагогическая характеристика** детей 7- 10 лет.

Характерные черты этого возраста — подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем.

**Уровень программы:** ознакомительный.

**Объем:** 72 часа.

**Срок освоения программы:** 1 год, 36 недель.

**Форма обучения:** очная.

**Особенности организации образовательного процесса:** программа реализуется с сентября по май по 2 часа в неделю. Набор детей свободный, без предварительного отбора. В объединение принимаются все желающие.

Режим занятий 1 раз в неделю по 2 часа. Один час - 45 минут, перемена –10 минут.

Программа может использоваться при сетевой форме реализации программ.

**Цель программы:** формирование социально-бытовых навыков и основ здорового питания у обучающихся в процессе обучения основам кулинарии.

**Задачи:**

*Обучающие*

- пополнить знания о кулинарии с точки зрения рационального

питания;

- сформировать умения использовать необходимые инструменты и приспособления, электромеханическое оборудование для приготовления пищи;
- сформировать практические трудовые умения и навыки, их применение в быту;
- сформировать навыки самостоятельного приготовления и оформления блюд, анализа их вкусовых качеств;
- сформировать позитивное эмоциональное отношение к духовно-нравственным ценностям, коммуникативной и трудовой деятельности.

#### *Воспитательные*

- сформировать потребности в саморазвитии и самосовершенствовании, становлении положительной мотивации и личностной целеустремленности к овладению кулинарным искусством;
- сформировать навыки самообслуживания, самостоятельности, бережного отношения к продуктам, посуде, инвентарю;
- сформировать опыт поведения, готовность следовать принятым духовно-нравственным нормам, национальным общественным ценностям;
- сформировать культуру здорового и безопасного образа жизни;

#### *Развивающие*

- удовлетворить индивидуальные потребности обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии;
- развить творческие способности и эстетический вкус;
- развить уверенную самостоятельную деятельность, готовность к взаимодействию в коллективе.

#### **Планируемые результаты обучения:**

При условии успешной реализации данной программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающиеся:

#### *Предметные:*

обладают знаниями в области кулинарии в соответствии со своим возрастом;

обладают навыками работы с инструментами и оборудованием для приготовления пищи;

правильно организуют свой труд, знают правила техники безопасности, санитарии и противопожарной безопасности.

#### *Метапредметные:*

стремятся к овладению новыми знаниями о кулинарии;

развиты инициатива и аккуратность в процессе приготовления пищи;

сформированы навыки грамотного поведения на кухне и за столом.

#### *Личностные:*

сформированы навыки здорового питания;

развиты уверенность при самостоятельной деятельности, готовность к взаимодействию в коллективе;

развиты навыки самоорганизации и адекватной самооценки.

## Учебный план

№ п/п	Разделы программы и темы занятий	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Няшки-вкусняшки». 2 ч</b>				
1.1	Вводное занятие. Зачем нужна еда.	1	1	-	Беседа
1.2	Чистота – залог здоровья.	1	1	-	Беседа
<b>2</b>	<b>Что нужно на кухне. 8 ч</b>				
2.1	Кухонная посуда, виды, назначение, уход	2	1	1	Беседа, наблюдение
2.2	Бытовая техника на кухне, назначение, уход	2	1	1	Наблюдение
2.3	Столовая посуда, столовые приборы. Сервировка стола.	2	1	1	Наблюдение
2.4	Этикет за столом.	1	1	-	Беседа
2.5	Итоговое занятие «Что нужно на кухне»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>3</b>	<b>Еда – без вреда. 10 ч</b>				
3.1	Пирамида правильного питания Разнообразие продуктов питания	4	3	1	Беседа
3.2	Овощи и фрукты – лучшие продукты	2	1	1	Наблюдение
3.3	Где и как мы едим	2	1	1	Наблюдение
3.4	Всякому нужен и обед, и ужин	1	1	-	Беседа
3.5	Итоговое занятие «Еда – без вреда»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>4</b>	<b>Овощи – кладезь витаминов. 10 ч</b>				
4.1	Первичная обработка овощей	4	1	3	Наблюдение
4.2	Салат из овощей	2	-	2	Наблюдение, дегустация
4.3	Овощной гарнир	2	-	2	Наблюдение, дегустация
4.4	Горячее блюдо из овощей	1	-	1	Наблюдение, дегустация
4.5	Итоговое занятие «Овощи – кладезь витаминов»	1	1	-	Итоговый опрос по

					разделу
<b>5</b>	<b>Хлеб на нашем столе. 10 ч</b>				
5.1	Бутерброды – простые и сложные.	2	1	1	Беседа
5.2	Крупы. Приготовление каши	2	1	1	Наблюдение, дегустация
5.3	Гарнир из круп	2	-	2	Наблюдение, дегустация
5.4	Запеканки из круп и макаронных изделий	2	-	2	Наблюдение, дегустация
5.5	Макаронные изделия	1	-	1	Наблюдение, дегустация
5.6	Итоговое занятие «Хлеб на нашем столе»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>6</b>	<b>Яйцо – идеальный продукт. 4 ч</b>				
6.1	Повседневные блюда из яиц.	2	1	1	Наблюдение, дегустация
6.2	Блюда из яиц на праздничный стол.	1	-	1	Наблюдение, дегустация
6.3	Итоговое занятие «Яйцо – идеальный продукт»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>7</b>	<b>Молоко коровье всем дает здоровье. 6 ч</b>				
7.1	Блюда из молока	2	1	1	Беседа, дегустация
7.2	Блюда из творога	2	-	2	Наблюдение, дегустация
7.3	Молочные напитки	1	-	1	Наблюдение, дегустация
7.4	Итоговое занятие «Молоко коровье всем дает здоровье»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>8</b>	<b>Тесто – это интересно. 6 ч</b>				
8.1	Приготовление песочного теста	2	1	1	Беседа, дегустация
8.2	Приготовление бисквита	2	-	2	Наблюдение, дегустация
8.3	Приготовление заварного теста	1	-	1	Наблюдение, дегустация

8.4	Итоговое занятие «Тесто – это интересно»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>9</b>	<b>Без воды нет жизни. 4 ч</b>				
9.1	Приготовление горячих напитков	2	1	1	Беседа.
9.2	Приготовление холодных напитков	1	-	1	Наблюдение, дегустация
9.3	Итоговое занятие «Без воды нет жизни»	1	1	-	Итоговый опрос по разделу
<b>10</b>	<b>Сказочная кулинария. 10 ч</b>				
10.1	Колобок.	2	1	1	Беседа. дегустация
10.2	Печатный пряник.	2	1	1	Наблюдение, дегустация
10.3	Пирожки.	2	1	1	Наблюдение, дегустация
10.4	Плюшки с корицей.	2	1	1	Наблюдение, дегустация
10.5	Зазеркальный пудинг.	2	1	1	Наблюдение, дегустация
10.6	Совместное чаепитие. Подведение итогов.	2	-	2	Мониторинг усвоения программы Представление самостоятельно выполненного десерта
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>32</b>	<b>40</b>	



## Содержание программы

### 1. Раздел «Введение в дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу «Няшки-вкусняшки», 2 ч

#### 1.1. Вводное занятие. Зачем нужна еда.

*Теория:* знакомство с содержанием программы, основные знания о кулинарии; история развития и расширение пищевого рациона человека; правила поведения в кабинете на занятии.

*Текущий контроль:* беседа о важности питания.

#### 1.2. Чистота – залог здоровья.

*Теория:* правила безопасности труда, санитарии и гигиены; личная гигиена, спецодежда; санитарные требования к кухне, оборудованию и процессу приготовления пищи; средства санитарии.

*Текущий контроль:* беседа о значимости санитарии на кухне.

### 2. Раздел «Что нужно на кухне», 8 ч

#### 2.1. Кухонная посуда, виды, назначение, уход.

*Теория:* классификация по назначению и применению кухонной посуды; инструменты и приспособления, которые используются при приготовлении еды, виды и применение.

*Практика:* рациональное размещение инструментов на рабочих местах, отработка приемов работы с инструментами, освоение навыков владения инструментами, правилами ухода за ними.

*Текущий контроль:* беседа о использовании посуды, наблюдение за тем, как обучающийся используют инструменты и посуду.

#### 2.2. Бытовая техника на кухне, назначение, уход.

*Теория:* незаменимая крупная бытовая техника – плита и холодильник; мелкая бытовая техника, упрощающая работу на кухне; техника безопасности при работе с бытовой техникой.

*Практика:* освоение навыков работы на электроприборах, освоение правил ухода за бытовой техникой.

*Текущий контроль:* наблюдение за тем, как обучающийся включают/выключают плиту и др. бытовые приборы.

#### 2.3. Столовая посуда, столовые приборы. Сервировка стола.

*Теория:* столовая посуда, виды и применение, материалы изготовления особенности эксплуатации; столовые приборы для будней и праздничного стола; основы сервировки, способы сворачивания салфеток; сервировка стола к завтраку, обучающиеся расставляют под руководством педагога посуду на бумажный шаблон (Приложение № 1).

*Практика:* отработка последовательности мытья посуды, следуя инструкции педагога (сортировка, удаление остатков пищи, мытье посуды моющим средством, полоскание, сушка).

*Текущий контроль:* наблюдение за освоением бытового навыка (мытьё посуды), соблюдением последовательности операций и качеством их выполнения; за сервировкой стола.

#### 2.4. Этикет за столом.

*Теория:* правила поведения за столом; этикет.

*Текущий контроль:* беседа о правилах поведения за столом.

### **2.5. Итоговое занятие «Что нужно на кухне».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, назначение посуды и уход за ней; проверка практических умений, навыки работы с бытовой техникой.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

## **3. Раздел «Еда – без вреда», 10 ч**

### **3.1. Пирамида правильного питания. Разнообразие продуктов питания.**

*Теория:* культура питания как составляющая здорового образа жизни; из чего состоит пирамида здорового питания; значение жиров, белков, углеводов и витаминов для правильной работы организма; вредные продукты и привычки в питании; потребность в пище в зависимости от возраста и физических нагрузок.

*Практика:* применение на практике метода «Правило тарелки» (Приложение № 3).

*Текущий контроль:* беседа о здоровом образе жизни.

### **3.2. Овощи и фрукты – лучшие продукты.**

*Теория:* роль фруктов и овощей в обеспечении человека жизненно важными биологически активными веществами; растительная пища – это источник здоровья человека, молодости и красоты.

*Практика:* приготовление канапе из овощей, фруктов и ягод на свой вкус.

*Текущий контроль:* наблюдение за составлением канапе из предложенных фруктов.

### **3.3. Где и как мы едим.**

*Теория:* правила гигиены во время еды вне дома, структура общественного питания, преимущество полноценного питания и вред питания «всухомятку», опасность испорченных продуктов.

*Практика:* посещение кафе, освоение правил поведения в общественном месте (как выбрать и заказать блюдо, этикет за столом).

*Текущий контроль:* наблюдение за поведением в общественном месте.

### **3.4. Всякому нужен и обед, и ужин.**

*Теория:* режим питания, количество приемов пищи, интервалы между приемами пищи, распределение пищи в течение дня.

*Текущий контроль:* беседа, как составить меню.

### **3.5. Итоговое занятие «Еда – без вреда».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, значение питания в жизни человека; культура питания и основы здорового питания.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

## **4. Раздел «Овощи – кладезь витаминов», 10 ч**

### **4.1. Первичная обработка овощей.**

*Теория:* разнообразие овощей, сортировка, мойка, очистка и нарезка;

виды блюд из овощей и технология приготовления (отварные, припущенные, жареные, тушеные, запечённые); оформление готового блюда и подача на стол.

*Практика:* обучающиеся моют, чистят и нарезают овощи кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками; освоение способов тепловой обработки овощей для салата.

*Текущий контроль:* наблюдение за использованием овощечистки, ножа и разделочной доски и т.д.; наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими жидкостями.

#### **4.2. Салат из овощей.**

*Практика:* приготовление простого салата из сырых или вареных овощей.

*Примерный перечень практических заданий:* салат из свежих огурцов, винегрет и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за процессом приготовления салата, дегустация.

#### **4.3. Овощной гарнир.**

*Практика:* приготовление гарнира из овощей.

*Примерный перечень практических заданий:* картофельное пюре, овощное рагу, отварная цветная капуста и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за использованием кастрюль, ножа и др.; наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими жидкостями; дегустация гарнира из овощей.

#### **4.4 Горячее блюдо из овощей.**

*Практика:* приготовление горячего блюда из овощей.

*Примерный перечень практических заданий:* драники картофельные, овощная запеканка и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими поверхностями; дегустация.

#### **4.5 Итоговое занятие «Овощи – кладезь витаминов».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, разнообразие овощей, их пищевая ценность; блюда из овощей.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

### **5. Раздел «Хлеб на нашем столе», 10 ч**

#### **5.1. Бутерброды – простые и сложные.**

*Теория:* основные виды, способы обработки и производства продуктов из круп (мука, макароны, хлопья и т.д.); хлеб и хлебобулочные изделия; классификация бутербродов.

*Практика:* приготовление бутербродов, каждый обучающийся нарезает один продукт, и для составления бутерброда обмениваются ими.

*Примерный перечень практических заданий:* бутерброд с сыром, гренокс джемом, сэндвич и т.д.

*Текущий контроль:* беседа о пользе и вреде хлеба и хлебобулочных изделий.

#### **5.2. Крупы. Приготовление каши.**

*Теория:* пищевая ценность круп, технология приготовления каш. Значение каши в рационе питания.

*Практика:* приготовление каши.

*Примерный перечень практических заданий:* молочная рисовая каша, овсяная каша и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими поверхностями, дегустация каши.

### **5.3. Гарнир из круп.**

*Практика:* приготовление гарнира из круп.

*Примерный перечень практических заданий:* гречка рассыпчатая, плов и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением правил техники безопасности при работе с горячими жидкостями, дегустация.

### **5.4. Запеканки из круп и макаронных изделий.**

*Практика:* приготовление запеканки.

*Примерный перечень практических заданий:* запеканка с рисом и зеленью, запеканка из творога и макарон и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими поверхностями, дегустация запеканки.

### **5.5. Макароны изделия.**

*Практика:* приготовление гарнира из макаронных изделий.

*Примерный перечень практических заданий:* отварные макароны.

*Текущий контроль:* наблюдение за четким соблюдением технологической последовательности, дегустация.

### **5.6. Итоговое занятие «Хлеб на нашем столе».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, крупы и продукты из них; пищевая ценность круп; блюда из круп.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

## **6. Раздел «Яйцо – идеальный продукт», 4 ч**

### **6.1. Повседневные блюда из яиц.**

*Теория:* яйцо — как полезный продукт, богатый животным белком и витаминами; определение свежести яиц.

*Практика:* приготовление повседневного блюда из яиц.

*Примерный перечень практических заданий:* яичница, омлет и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за четким соблюдением технологической последовательности, дегустация.

### **6.2. Блюда из яиц на праздничный стол.**

*Практика:* приготовление блюда из яиц на праздничный стол.

*Примерный перечень практических заданий:* фаршированные яйца, цветы из яиц для украшения блюда и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за украшением блюд, дегустация.

### **6.3. Итоговое занятие «Яйцо – идеальный продукт».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, пищевая ценность яиц; блюда из яиц.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

## **7. Раздел «Молоко коровье всем дает здоровье», 6 ч**

### **7.1. Блюда из молока.**

*Теория:* значение молока, молочных и кисломолочных продуктов, их значение в питании человека; определение свежести молока; ассортимент молочных продуктов.

*Практика:* приготовление блюда из молока.

*Примерный перечень практических заданий:* суп молочный с рисом, панакота и т.д.

*Текущий контроль:* беседа о пользе/вреде молочных продуктов, дегустация.

### **7.2. Блюда из творога.**

*Практика:* приготовление блюда из творога.

*Примерный перечень практических заданий:* сырники, суфле из творога, творожный десерт и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за четким соблюдением технологической последовательности, дегустация.

### **7.3. Молочные напитки.**

*Практика:* приготовление молочного напитка.

*Примерный перечень практических заданий:* какао, чай с молоком и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими жидкостями, дегустация.

### **7.4. Итоговое занятие «Молоко коровье всем дает здоровье».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, молоко, молочные и кисломолочные продукты; пищевая ценность молока; блюда из молока и молочных продуктов.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

## **8. Раздел «Тесто – это интересно», 6 ч**

### **8.1. Приготовление песочного теста.**

*Теория:* откуда к нам пришло тесто; технология приготовления различных видов теста; мучные изделия в домашних условиях; безглютеновые мучные изделия.

*Практика:* приготовление песочного теста.

*Примерный перечень практических заданий:* печенье, пирог открытый с творогом и т.д.

*Текущий контроль:* беседа о видах теста и их особенностях, дегустация.

### **8.2. Приготовление бисквита.**

*Практика:* приготовление бисквита.

*Примерный перечень практических заданий:* кексы, бисквит с изюмом и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за четким соблюдением рецептуры и режимов выпечки бисквита, дегустация.

### **8.3. Приготовление заварного теста.**

*Практика:* приготовление заварного теста.

*Примерный перечень практических заданий:* эклеры с заварным кремом, профитроли и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими поверхностями, дегустация.

#### **8.4. Итоговое занятие «Тесто – это интересно».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, мучные и кондитерские изделия; пищевая ценность мучных изделий; кондитерские и мучные изделия.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

### **9. Раздел «Без воды нет жизни», 4 ч**

#### **9.1. Приготовление горячих напитков.**

*Теория:* значение напитков в питании человека; полезные и вредные напитки; технология приготовления холодных и горячих напитков.

*Практика:* приготовление горячего напитка.

*Примерный перечень практических заданий:* чай черный, компот и т.д.

*Текущий контроль:* беседа о важности воды в жизни живых существ.

#### **9.2. Приготовление холодных напитков.**

*Практика:* приготовление холодного напитка.

*Примерный перечень практических заданий:* молочный коктейль, морс, натуральный лимонад и т.д.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с кухонной техникой, дегустация.

#### **9.3. Итоговое занятие «Без воды нет жизни».**

*Теория:* закрепление теоретических знаний по разделу, значение напитков в питании; пищевая ценность напитков; технология приготовления напитков.

*Текущий контроль:* итоговый опрос по разделу (Приложение № 2).

### **10. Раздел «Сказочная кулинария», 10 ч**

#### **10.1. Колобок.**

*Теория:* особенности русской кухни в повседневной пище, основные продукты и блюда из них, их упоминание в сказках; сказка «Колобок».

*Практика:* изготовление колобка из дрожжевого теста.

*Текущий контроль:* беседа о различных блюдах в народных и авторских сказках, дегустация.

#### **10.2. Печатный пряник.**

*Теория:* представление о достатке в русских сказках; «Сказка о рыбаке и рыбке».

*Практика:* выпекание пряников.

*Текущий контроль:* наблюдение за выполнением росписи пряников, за проявлением творчества, дегустация.

#### **10.3. Пирожки.**

*Теория:* пирожки в русских народных и литературных сказках; «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях».

*Практика:* приготовление пирожков.

*Примерный перечень практических заданий:* пирожки с творогом, повидлом и другими начинками.

*Текущий контроль:* наблюдение за освоением бытового навыка, соблюдением последовательности операций и качеством их выполнения, дегустация.

#### **10.4. Плюшки с корицей.**

*Теория:* кулинарные изделия в европейских произведениях для детей; «Три повести о Малыше и Карлсоне»; плюшки от фрекен Бок.

*Практика:* приготовление плюшек с корицей.

*Текущий контроль:* наблюдение за четким соблюдением технологической последовательности, дегустация.

#### **10.5. Зазеркальный пудинг.**

*Теория:* необычные рецепты в волшебных сказках; «Алиса в стране чудес».

*Практика:* приготовление пудинга.

*Текущий контроль:* наблюдение за соблюдением техники безопасности при работе с горячими поверхностями, дегустация.

#### **10.6. Совместное чаепитие.**

*Практика:* демонстрация детьми умения сервировать стол и навыков поведения за столом, самостоятельное приготовление блюда (творожный десерт, фруктовый салат и т.д.), конкурс на лучшее оформление десерта; совместное чаепитие.

*Аттестация по итогам освоения программы:* мониторинг усвоения программы, представление самостоятельно выполненного десерта (Приложение № 4, 5).

### **Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Няшки-вкусняшки»**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество часов в неделю	Количество учебных недель
1 год	сентябрь	май	2	36

## **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Создание специальных образовательных условий в учреждении дополнительного образования начинается с организации материально-технической базы, включающей архитектурную среду. Архитектура здания учреждения и прилегающая к ней территория соответствует общим требованиям, предъявляемым к образовательным организациям, в которых осуществляется деятельность по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам.

Для реализации ДООП «Няшки-вкусняшки» необходимо: просторное светлое помещение для занятий, соответствующее СанПиН, оборудованное раковиной, плитой, шкафами для хранения продуктов и посуды, инструментов и мелкого оборудования, специальной литературы. Помещение должно быть оборудовано вытяжкой, стены покрыты моющими материалами.

### **Материально-техническое обеспечение.**

Материально-техническая база для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Няшки-вкусняшки» достаточна. Для проведения учебных занятий необходимо:

1. Оборудованный кабинет (электрплита, мойка, холодильник, столы, вытяжка).
2. Инструменты для обработки пищевых продуктов (ножи, разделочные доски, терки и т.д.).
3. Столовая и кухонная посуда, столовые приборы.
4. Мелкая бытовая техника для кухни.
5. Текстиль для кухни (скатерти и салфетки для сервировки).
6. Спецодежда для приготовления пищи (фартуки, головные уборы).

Материалы, используемые при реализации данной программы:

1. продукты питания: крупы, овощи, яйца, мука и т.д.;
2. соль, сахар;
3. специи.

### **Информационное обеспечение.**

Информационно-образовательная среда включает совокупность технологических средств (компьютер, мультимедийный проектор с экраном и др.), культурные и организационные формы информационного взаимодействия.

- [www.russianfood.com/recipes/bytype/?fid=5](http://www.russianfood.com/recipes/bytype/?fid=5) Рецепты изделий из теста
- [www.russianfood.com/search/content/?kw=%F1%E0%EB%E0%F2%FB](http://www.russianfood.com/search/content/?kw=%F1%E0%EB%E0%F2%FB)

Рецепты салатов

- [www.russianfood.com/recipes/recipe.php?rid=122796](http://www.russianfood.com/recipes/recipe.php?rid=122796) Рецепты блюд из яиц
- [www.russianfood.com/recipes/recipe.php?rid=127456](http://www.russianfood.com/recipes/recipe.php?rid=127456) Рецепты блинов
- [www.russianfood.com/search/content/index.php?kw=%EA%E0%F8%E8](http://www.russianfood.com/search/content/index.php?kw=%EA%E0%F8%E8)



[www.russianfood.com/search/content/index.php?kw=%E1%F3%F2%E5%F0%E1%F0%EE%E4%FB&area=total&seektrg=title&submit=%C8%F1%EA%E0%F2%FC](http://www.russianfood.com/search/content/index.php?kw=%E1%F3%F2%E5%F0%E1%F0%EE%E4%FB&area=total&seektrg=title&submit=%C8%F1%EA%E0%F2%FC) Рецепты каш

• [www.russianfood.com/search/content/index.php?kw=%E1%F3%F2%E5%F0%E1%F0%EE%E4%FB&area=total&seektrg=title&submit=%C8%F1%EA%E0%F2%FC](http://www.russianfood.com/search/content/index.php?kw=%E1%F3%F2%E5%F0%E1%F0%EE%E4%FB&area=total&seektrg=title&submit=%C8%F1%EA%E0%F2%FC) Рецепты бутербродов

### **Кадровое обеспечение**

Образовательная деятельность учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Няшки-вкусняшки» осуществляется квалифицированными педагогическими работниками, образование которых соответствует профилю программы.

Реализация ДООП «Няшки-вкусняшки» предполагает различные формы контроля промежуточных и текущих результатов:

#### **Промежуточная аттестация.**

Промежуточный контроль проводится один раз в год (в конце декабря) и направлен на выявление уровня усвоения полученных знаний, умений и навыков. Контроль осуществляется в виде мониторинга с заполнением контрольно-оценочного листа (Приложение № 4).

#### **Текущий контроль.**

Текущий контроль педагог проводит на каждом занятии, создает для каждого ситуацию успеха. Контроль проходит в форме наблюдения и беседы по разделам программы.

#### **Аттестация по итогам освоения программы**

Итоговое занятие направлено на обобщение полученных знаний, проверку уровня сформированности умений и навыков. Оно проводится в виде чаепития, на котором дети самостоятельно готовят простой десерт на свой выбор, накрывают стол, принимают гостей (родителей). Выполненный десерт оценивается педагогом по критериям (Приложение №5)

#### **Оценочные материалы**

Контроль реализации программы (порядок, периодичность и сроки проведения, обязательные формы и их количество) проводится с учетом возрастных особенностей.

Содержательный контроль направлен на выявление индивидуальной динамики развития ребенка (от начала учебного года к концу) с учетом личностных особенностей и индивидуальных успехов, отслеживается положительная динамика развития обучающегося.

### **Воспитательная работа**

Реализация программы «Няшки-вкусняшки» призвана способствовать решению целого ряда воспитательных задач. Эти задачи в объединении реализуется и в ходе обучения, и через систему следующих мероприятий:

- совместные чаепития;

- проведение экскурсий, посещение выставок и музея, совместный поход в кино;
- проведение «Дня именинника»;
- проведение игровых программ;
- приготовление вкусных подарков к праздникам (пряники, куличи и т.д.);
- подготовка и участие в конкурсах и выставках.

Для создания целостной системы воспитания и обучения основам кулинарии большое место отводится приобщению родителей к участию в жизни детского коллектива. Работа с родителями:

- родительские собрания;
- знакомство родителей с целями и задачами детского объединения;
- индивидуальные беседы с родителями по интересующим их темам;
- совместные мероприятия.

Педагогом используются следующие группы методов и формы воспитания:

- методы формирования сознания личности (взглядов, убеждений, идеалов): через беседы и рассказы;
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения: через педагогические требования, поручения, создание воспитывающих ситуаций, практическая деятельность по программе;
- методы стимулирования деятельности и поведения: через поощрение и похвала.

Основным результатом воспитательной работы должна быть наиболее полное развитие ребенка с учетом возрастных и личностных характеристик.

### **Методические материалы**

Освоение ДООП «Няшки-вкусняшки» проходит в форме практических занятий в сочетании с изучением теоретических основ кулинарного искусства. Каждое учебное занятие состоит из трех частей: вводно-мотивационной, операционно-исполнительной, оценочно-рефлексивной.

- Вводно-мотивационная включает ритуал приветствия, мытья рук, одевания спецодежды, установление и поддержание эмоционально-положительного контакта с обучающимися, что способствует созданию установок на позитивную ориентацию на занятия и совместную деятельность.

- Содержание операционно-исполнительной предусматривает выполнение практического задания по разделам программы обучения.

- Оценочно-рефлексивная представляет собой подведение итогов: дегустация приготовленного блюда, оценивание деятельности обучающихся, рефлексирование происходящего.

При выполнении практического задания приоритетная роль отводится

показу педагогом приемов и порядка ведения работы. На начальном этапе обучения должно преобладать подробное изложение содержания каждой задачи, последовательности и практических приемов ее решения, что обеспечит грамотное выполнение работы. По мере усвоения программы от обучающихся требуется не только отработка технических приемов, но и развитие эмоционального отношения к выполняемой работе. Активное использование учебно-методических материалов необходимо обучающимся для успешного восприятия содержания учебной программы.

Методическое обеспечение программы включает приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.

- **Наглядный метод** применяется на всех учебных занятиях по всем разделам программы. Этот метод включает показ наглядных пособий.

- **Словесный метод** – это объяснение, рассказ, беседа. Метод применяется как на теоретических занятиях, так и на практических занятиях при объяснении этапов выполнения кулинарных работ.

Эти два метода позволяют решать такие учебные задачи как: формирование начального представления об искусстве кулинарии, истории кулинарного искусства народов России; формирование знаний об основных понятиях - терминах, используемых в кулинарии:

- **Практический метод** – это практическое выполнение задания по показу педагога. Учащиеся повторяют все этапы выполнения практической работы за педагогом. Этот метод позволяет решать такие учебные задачи как: формирование знаний, умений и навыков, необходимых для работы с продуктами и инструментами, обучение приемам работы с кухонной техникой; формирование бытовых навыков; формирование умений самостоятельно приготовить блюдо в пределах программы.

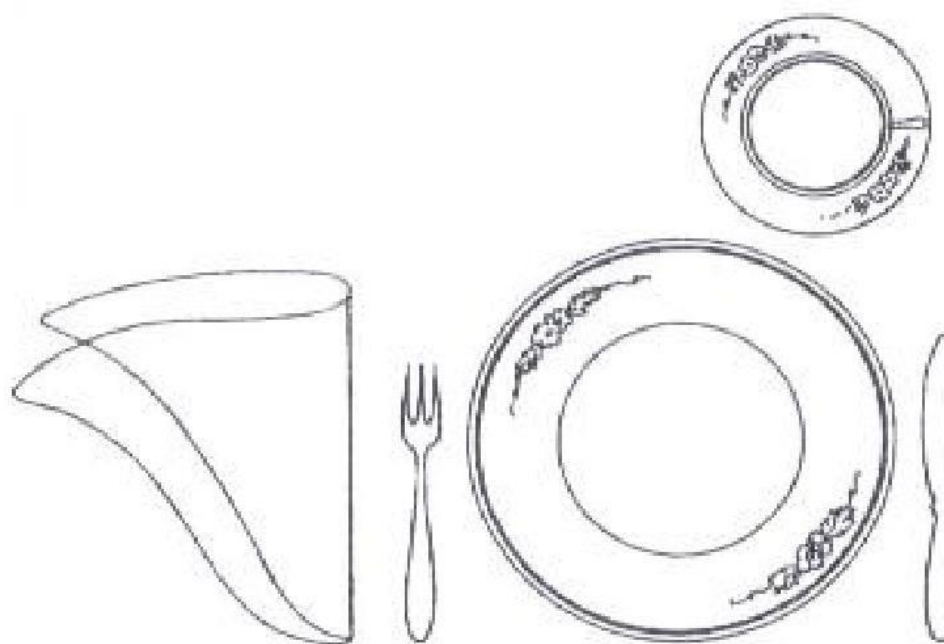
- **Проблемный метод** – это обучение, протекающее в форме разрешения поставленных проблемных ситуаций. Проблема должна активировать мыслительные процессы учащихся и побудить их к активному поиску решения. Помимо усвоения знаний, метод проблемного обучения позволяет учащимся овладеть способами их получения: поисковой практикой; навыками анализа; самостоятельной исследовательской деятельностью; компоновкой полученной информации. Проблемное обучение предполагает использование нестандартных способов решения поставленных задач, следовательно, развивает творческие способности учащихся, требует от них проявления интеллектуальной, а также личностной и социальной активности. Такой практико-ориентированный комплекс форм, методов и учебно-методических пособий, позволяет педагогу обеспечить эффективное руководство работой обучающихся по приобретению практических умений и навыков на основе теоретических знаний. Методическое обеспечение программы включает приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса, дидактические материалы. Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала используются разные

виды методической доступности и методические материалы.

## Список литературы

1. Сеницына, А. В. Приготовление, оформление и подготовка к реализации холодных и горячих сладких блюд, десертов, напитков разнообразного ассортимента: учебник / А. В. Сеницына; Е. И. Соколова. – М., 2019. 304 с.
2. Шатун, Л. Г. Кулинария: учебное пособие / Л. Г. Шатун. – М., 2013. 320 с.
3. Левина М. Сервировка праздничного стола. – М., 2005. 160 с.
4. Евладова Е., Логинова Л.Г. Дополнительное образование детей. Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М., 2010. 349 с.
5. Ауэрман Л.Я., Матюхина З.П. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены. - М., 2007. 96 с.
6. Борисова Н.Е. Сказочная кулинария. Рецепты и истории для маленьких поварят. – М., 2015. 151 с.
7. Дыбина О.В. Приобщение к миру взрослых. Игры-занятия по кулинарии для детей. – М., 2017. 128 с.

**Шаблон для сервировки стола к завтраку.**



**Вопросы для итогового опроса по разделам.**

1. Что нового вы узнали из изученного материала?
2. Что вас удивило?
3. О чем заставило задуматься?
4. Какие навыки вы приобрели?
5. Как вы будете их использовать в повседневной жизни?

## Правило тарелки

Суть метода: берут обычную тарелку диаметром 20-25 см и визуальнo делят ее пополам. Затем одну из частей еще раз делим на две равных части. В итоге получаем 3 части: 1 большую и 2 равных поменьше. Каждую из частей заполняем по определенному принципу:

- 1 часть (половина тарелки) – овощная;
- 2 часть (1/4) – гарнир;
- 3 часть (1/4) – белковая.

Распределение пищи таким образом позволяет человеку получить максимальное количество основных макрокомпонентов в течение дня.





**Результаты освоения программы**

*Педагог дополнительного образования*

(Ф.И.О.): \_\_\_\_\_

Название объединения: \_\_\_\_\_

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Ф.И. обучающегося	1. Теоретическая подготовка			2. Практическая подготовка			3. Общеучебные умения и навыки									Уровень		
	1.1.	1.2.	уровень	2.1.	2.2.	2.3.	уровень	3.1.1.	3.1.2.	3.1.3.	3.2.1.	3.2.2.	3.2.3.	3.3.1.	3.3.2.		3.3.3.	уровень

**Процентный показатель по объединению:**

низкий уровень: \_\_\_\_\_ %

средний уровень: \_\_\_\_\_ %

высокий уровень: \_\_\_\_\_ %

**Инструкция по заполнению:**

По каждому показателю (первая колонка таблицы на стр.2) определяется степень выраженности качества (третья колонка) и соответственно баллы (четвёртая колонка).

Результат освоения дополнительной образовательной программы оценивается по каждому ребёнку и набранные баллы вносятся в таблицу «Результаты освоения программы» в соответствующие графы (см. первую страницу). Процентный показатель по объединению высчитывается педагогом дополнительного образования.

## Мониторинг результатов обучения по дополнительной образовательной программе

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
<b>1. Теоретическая подготовка ребёнка</b>			
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	Минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой)	1
		Средний уровень (объём усвоенных знаний составляет более 1/2)	5
		Максимальный уровень (ребёнок освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	10
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень (ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные требования)	1
		Средний уровень (ребёнок сочетает специальную терминологию с бытовой)	5
		Максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно в полном соответствии с их содержанием)	10
<b>ВЫВОД:</b>	<b>Уровень теоретической подготовки</b>	<b>Низкий</b>	<b>2-6</b>
		<b>Средний</b>	<b>7-14</b>
		<b>Высокий</b>	<b>15-20</b>
<b>2. Практическая подготовка ребёнка</b>			
2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям.	Минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков)	1
		Средний уровень (объём освоенных умений и навыков составляет более 1/2)	5
		Максимальный уровень (ребёнок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)	10
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Минимальный уровень (ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием)	1
		Средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога)	5
		Максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	10
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога)	1
		Репродуктивный уровень (выполняет, в основном, задания на основе образца)	5
		Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	10
<b>ВЫВОД:</b>	<b>Уровень практической</b>	<b>Низкий</b>	<b>3-10</b>

	подготовки	Средний	11-22
		Высокий	23-30
<b>3.Общеучебные умения и навыки ребёнка</b>			
<b><u>3.1.Учебно-интеллектуальные умения:</u></b> 3.1.1.Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)	1
		Средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	5
		Максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	10
3.1.2.Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерными источниками информации	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)	1
		Средний уровень (работает с компьютерными источниками информации с помощью педагога или родителей)	5
		Максимальный уровень (работает с компьютерными источниками информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	10
3.1.3.Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения в учебно-исследовательской работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)	1
		Средний уровень (пишет рефераты, проводит самостоятельные учебные исследования с помощью педагога или родителей)	5
		Максимальный уровень (пишет рефераты самостоятельно, проводит самостоятельные учебные исследования, не испытывает особых трудностей)	10
<b><u>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</u></b> 3.2.1.Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения в умении слушать и слышать педагога)	1
		Средний уровень (обучающийся испытывает некоторые затруднения в умении слушать и слышать педагога)	5
		Максимальный уровень (обучающийся умеет слушать и слышать педагога)	10
3.2.2.Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимися подготовленной информацией	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения в умении выступать перед аудиторией)	1
		Средний уровень (обучающийся испытывает некоторые затруднения в умении выступать перед аудиторией)	5
		Максимальный уровень (обучающийся свободно владеет подготовленной информацией и умеет выступать перед аудиторией)	10
3.2.3.Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения в умении вести дискуссию, логически построить	1

	доказательств	доказательства)	
		Средний уровень (обучающийся испытывает некоторые затруднения в умении вести дискуссию, логически построить доказательства)	5
		Максимальный уровень (обучающийся умеет вести дискуссию, логически построить доказательства)	10
3.3.Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1.Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения самостоятельно готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой)	1
		Средний уровень (обучающийся испытывает некоторые затруднения самостоятельно готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой)	5
		Максимальный уровень (обучающийся умеет самостоятельно готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой)	10
3.3.2.Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения в соблюдении правил безопасности в процессе деятельности)	1
		Средний уровень (обучающийся испытывает некоторые затруднения в соблюдении правил безопасности в процессе деятельности)	5
		Максимальный уровень (обучающийся соблюдает правила безопасности в процессе деятельности)	10
3.3.3.Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Минимальный уровень (обучающийся испытывает серьёзные затруднения в умении аккуратно выполнять работу)	1
		Средний уровень (обучающийся испытывает некоторые затруднения в умении аккуратно выполнять работу)	5
		Максимальный уровень (обучающийся умеет аккуратно выполнять работу)	10
<b>ВЫВОД</b>	<b>Уровень общеучебных умений и навыков</b>	<b>Низкий</b>	<b>9-30</b>
		<b>Средний</b>	<b>31-62</b>
		<b>Высокий</b>	<b>63-90</b>
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b>	<b>Результат обучения ребёнка по дополнительной образовательной программе</b>	<b>Низкий</b>	<b>до 46</b>
		<b>Средний</b>	<b>47-98</b>
		<b>Высокий</b>	<b>99-140</b>

## Приложение 5

### Критерии оценки выполненного кулинарного изделия.

Для оценки десерта применяется 25 балльная система. Оценка каждого показателя качества оценивается максимум в 5 баллов. При наличии дефектов производится снижение баллов на 1–4. Затем подводится общий итог.

<b>Показатели</b>	<b>Максимум</b>	<b>Снижение</b>	<b>Итого</b>
Внешний вид			
Цвет			
Запах			
Консистенция			
Вкус			
<b>Итого</b>			
<b>Оценка</b>			

Существует шкала органолептической оценки. Существует шкала балльных оценок.

25-22	- отлично;
21-18	- хорошо;
17-15	- удовлетворительно;
14 и менее	- неудовлетворительно.