

Департамент социальной защиты населения Ивановской области

Областное государственное казенное образовательное учреждение
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей,
«Фурмановский детский дом»

Принята на заседании
педагогического совета
от 29 августа 2017 г.

Протокол № 1 от 29.08.2017 г.



Утверждаю:
Директор ОГКОУ Фурмановского
детского дома

С.А. Рябова

01.09 2017 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
социально – адаптационная программа
технической направленности

"Кулинарная студия «Соус»"

Возраст обучающихся: 8 - 15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Попова Ольга Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Фурманов, 20/17 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка
2	Цель и задачи программы
3	Концепция программы
4	Тематическое планирование
5	Содержание дополнительной образовательной программы
6	Ожидаемые результаты
7	Условия реализации дополнительной образовательной программы
8	Информационное обеспечение

1. Пояснительная записка

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 детей к жизни в обществе.

У большинства воспитанников детских домов не сформированы хозяйственно-бытовые навыки, они не умеют готовить, накрывать на стол, пользоваться бытовыми приборами и кухонным инвентарем.

По статистическим данным на вопрос о трудностях, возникающих перед выпускниками детских домов, 25% детей ответили, что это неумение готовить, самостоятельно распределять имеющиеся средства для проживания, устраивать быт.

Поэтому, организация кружка кулинарии, его работа поможет подготовить детей-сирот к преодолению трудностей социализации. Дополнительная образовательная программа кружка «СОУС» рассчитана на тех, кто делает первые шаги, знакомит с кухней и ее оборудованием, умением продумать домашнее меню, ориентироваться в многообразии продуктов, выбрать продукты для приготовления по их качеству и ценам, позволяет научиться быть экономным.

Жизнь каждого человека разнообразится праздниками: как общими, так и семейными торжествами. Поэтому необходимо уметь подготовить не только программу праздника, но и составить меню, рассчитать и закупить продукты, приготовить блюда и закуски, красиво оформить стол.

Работа кружка позволяет воспитанникам получить основные навыки кулинарии и в целом способствует их социальной адаптации при выходе в самостоятельную жизнь.

Образовательная программа кружка «СОУС» направлена на оказание дополнительной помощи воспитанникам детского дома в профессиональной подготовке. Она играет важную роль в воспитании детей-сирот, повышает инициативу и предприимчивость воспитанников.

Занятия в кружке позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего творчества. У воспитанников формируются навыки в приготовлении тематических блюд и их эстетического оформления.

Отличительные особенности дополнительной образовательной программы

Отличительной особенностью программы кружка «СОУС» является то, она знакомит воспитанников с традиционными русскими праздниками: рождеством, масленицей, пасхой и другими, знакомит с народными обычаями, приготовлением старинных обрядовых блюд и изделий, и в то же время, дает возможность приобрести умения использовать современные технологии и бытовую технику для кухни, ознакомиться с работой разных предприятий общественного питания, основными профессиями пищевой промышленности. Программа построена по блочно-модульной структуре, позволяющей прорабатывать основные темы программы ежегодно, меняя сложность и ассортимент блюд и изделий с учетом возрастающих умений воспитанников, их возраста, интересов.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы

Программа ориентирована на воспитанников 9-16 лет.

Реализация программы осуществляется поэтапно, с учетом возраста детей и уровня сложности программы.

Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

2. Цель и задачи программы

ЦЕЛЬ: содействовать процессу социальной адаптации воспитанников через получение дополнительных знаний, умений и навыков в области кулинарии и ведении домашнего хозяйства

Задачи:

Обучающие:

- расширить знания, умения и навыки рационального, здорового питания, по технологии приготовления основных, национальных и обрядовых блюд и изделий, их оформлению и подаче, сервировке стола;
- ознакомить с санитарно-гигиеническими правилами и нормами и техникой безопасности при выполнении кулинарных работ;
- формировать необходимые умения в безопасном использовании бытовой техники и инвентаря на кухне

Развивающие:

Развить творческое воображение через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;

Развивать эстетическое восприятие воспитанников;

Развивать способность критически относиться к разным диетам.

Воспитательные:

Воспитание бережного отношения к использованию продуктов питания, оборудованию кухни и инвентарю;

Воспитание аккуратности, чистоплотности при работе на кухне;

Воспитание трудолюбия и культуры труда;

Воспитание бережного отношения к культурному наследию, традициям национальной кухни;

Воспитание вкуса к здоровой пище

3. Концепция программы

В основе программы лежит идея сочетания теории и практики.

Решение педагогических задач в программе осуществляется в соответствии со следующими принципами :

Принцип непрерывного дополнительного образования как механизм обеспечения полноты и цельности образования в целом;

Принцип гражданственности ориентирует образовательный процесс на изучение истории, обычаи, традиции русского народа, их блюд;

Принцип творчества помогает развивать фантазию, эстетический вкус, мыслить и действовать;

Принцип коллективной деятельности реализуется на создании совместных рецептов, фантазий, при организации коллективных праздников, конкурсов, проведении и участия в выставках;

Принцип индивидуального подхода ориентирует педагога на учет индивидуальных и возрастных возможностей и способностей воспитанников.

Принцип самореализации предполагает создание творческой среды, проведение открытых занятий.

Занятия проводятся по 1 академическому часу, всего 36 часов в год.

Продолжительность учебного часа- 45 минут. Основными формами образовательного процесса являются: практико - ориентированные учебные занятия, творческие мастерские, экскурсии на предприятия общественного питания.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная (воспитанникам дается самостоятельные задания с учетом его возможности); фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема); групповая (разделение на мини группы для выполнения определенной работы);

Воспитанники изучат правила санитарии и гигиены при проведении кулинарных работ; безопасные приемы работы с кулинарным оборудованием и инструментами; познакомятся историей, обычаями и традициями

национальной кухни; будут иметь представления об организации современных предприятий общественного питания, правилах сервировки стола; смогут самостоятельно готовить блюда по рецептам, а также будут способны выдвигать творческие идеи, сотрудничать в коллективе.

Главный показатель реализации программы – социализация воспитанников, их личностный рост, развитие творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Критерием уровня эффективности программы является усвоение образовательной части, повышение интеллектуального уровня, воспитанности и готовность к самостоятельной жизни в плане организации своего быта.

4. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	Введение	4,9	0,9	4.0	Текущий контроль
1.1	Ознакомление с оборудованием домашней кухни	0,9	0,9	-	Текущий контроль
1.2	Продукты питания: ассортимент и выбор	4	2,0	2,0	Текущий контроль
2	Консервирование продуктов	12	2	10	Текущий контроль
3	Холодные закуски	10,8	0,8	10	Промежут контроль
4	Сервировка стола	9	4	5	Текущий контроль
5	Блюда из овощей	14	1	13	Промежут контроль
6	Супы	10,5	1	9,5	Промежут контроль
7	Блюда круп, бобовых и макаронных изделий	10	2	8	Промежут контроль
8	Блюда из рыбы	11,3	1	10,3	Промежут контроль
9	Блюда из мяса и птицы	11,5	1	10,5	Промежут контроль
10	Блюда из яиц и творога	3	1	2	Текущий контроль
11	Сладкие блюда и напитки	2,5	0,5	2	Текущий контроль
12	Изделия из теста	20,4	2	18,4	Промежут контроль
13	Блюда русской кухни	30	5	25	Текущий контроль
14	Национальная кухня разных народов	25,6	4,6	21	Текущий контроль
ИТОГО ЗА ГОД		175,5	26,8	148,7	

4.1. Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение

Теория. Цели и задачи кружка. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. Аптечка.

Содержание в чистоте кухни и инвентаря. Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда (передник, косынка, колпак, сменная обувь).

Общие сведения об инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами.

Значение питания для жизнедеятельности организма. Продукты питания. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода).

Выбор продуктов питания для приготовления блюд по качеству и цене. Понятие здорового питания. Значение для организма человека.

Хранение продуктов: условия и сроки хранения.

Практическая работа. Экскурсия на торговые предприятия: «Ознакомление с ассортиментом продуктов питания, сроками их хранения. Выбор продуктов для приготовления и расчет стоимости покупки»

Раздел 2. Сервировка стола. Различные способы складывания салфеток.

Теория. Составление меню. Столовая посуда и приборы, правила пользования столовыми приборами. Оформление готовых блюд и правила их подачи к столу. Правила подачи горячих напитков. Основные правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину. Сервировка праздничного стола: к новому году, дню именинника и др. Способы складывания салфеток. Правила поведения за столом.

Практическая работа. Сервировка стола. Складывание тканевых и бумажных салфеток различными способами.

Раздел 3. Холодные закуски

Теория. Бутерброды. Выбор, обработка и нарезка продуктов для бутербродов, нарезка хлеба, оформление. Горячие бутерброды, их приготовление. Бутерброды канапе. Оформление бутербродов.

Практическая работа: Приготовление разных видов бутербродов. Салаты из сырых и вареных овощей. Обработка и нарезка овощей для салатов и холодных закусок. Формы нарезки и их выбор в приготовлении салатов. Приготовление салата из свежей капусты, винегретов, картофельных салатов. Обработка рыбы свежей и соленой. Приготовление закусок из рыбы, мяса, птицы.

Практическая работа: Приготовление салатов и холодных закусок

Раздел 4. Блюда из овощей

Теория. Обработка и нарезка овощей. Формы нарезки и их выбор для приготовления блюд.

Варка овощей. Приготовление отварных овощей, картофельного пюре.

Жарка овощей. Приготовление блюд из жареных овощей.

Приготовление тушеных и запеченных блюд из овощей. Оформление для подачи.

Практическая работа: Приготовление блюд из овощей

Раздел 5. Супы

Теория. Виды, подготовка продуктов для супов, нарезка овощей.

Приготовление супов молочных, сладких, холодных. Горячие супы: картофельные, щи, борщи, рассольники, солянки. Оформление супов для подачи.

Практическая работа: Приготовление супов

Раздел 6. Блюда из круп, бобовых и макаронных изделий

Теория. Подготовка круп, макаронных изделий и бобовых к варке. Виды каш и их приготовление, рецептура. Варка макаронных изделий, бобовых.

Приготовление блюд из них. Оформление и подача блюд.

Технология приготовления котлет, запеканок из круп и макаронных изделий.

Практическая работа: Приготовление блюд из круп, бобовых и макаронных изделий

Раздел 7. Блюда из рыбы

Теория. Значение и обработка рыбы свежей. Нарезка рыбы. Приготовление рыбы отварной, жареной с гарниром. Приготовление котлет из рыбы, запеченной рыбы.

Практическая работа: Приготовление блюд из рыбы

Раздел 8. Блюда из мяса и птицы

Теория. Варка мяса и птицы, определение готовности, нарезка мяса, птицы.

Приготовление блюд из мяса и птицы отварных с гарниром, оформление для подачи.

Приготовление жареных блюд из мяса и птицы, тушеных, запеченных.

Оформление и подача.

Приготовление рубленых масс из мяса, приготовление блюд из рубленых масс. Оформление и подача.

Варка субпродуктов и приготовление блюд из них.

Практическая работа: Приготовление блюд из мяса и птицы

Раздел 9. Блюда из яиц и творога

Теория. Подготовка яичных продуктов и творога для приготовления блюд.

Технология приготовления и рецептура отварных, жареных и запеченных блюд из яиц и творога. Оформление и подача блюд.

Практическая работа: Приготовление блюд из яиц и творога

Раздел 10. Сладкие блюда и напитки

Теория. Подготовка фруктов и ягод для приготовления сладких блюд и напитков. Технология приготовления компотов, киселей. Оформление и подача.

Технология приготовления чая, кофе, какао. Подготовка к подаче, оформление.

Технология приготовления холодных напитков: морсов, коктейлей.

Оформление и подача.

Практическая работа: Приготовление сладких блюд и напитков

Раздел 11. Изделия из теста

Теория. Праздник Масленицы. Приготовление блинчиков, блинов, оладий
Технология приготовления изделий из пресного теста: супа-лапши домашней, пельменей, вареников с творогом.

Технология дрожжевого теста. Технология приготовления пирожков с начинками.

Праздник пасхи. Приготовление сдобного дрожжевого теста и изделий из него: куличи пасхальные.

Песочное тесто и изделия из него. Технология приготовления печенья из песочного теста.

Технология приготовления тортов и пирожных на День именинника

Практическая работа: Приготовление изделий из теста

Раздел 12. Консервирование продуктов

Теория. Подготовка посуды и продуктов для консервирования. Технология приготовления и рецептура соленых и маринованных огурцов и томатов, квашеной капусты, компотов.

Практическая работа: Приготовление консервов из овощей, фруктов и плодов

Раздел 13. Блюда русской кухни

Теория. Особенности русской кухни.

Супы русской кухни, их виды.

Блюда из круп в русской кухне. Овощные и грибные блюда русской кухни.

Блюда из яиц и творога в русской кухне. Блюда из мяса русской кухни.

Старинные русские блюда.

Блюда из рубленого мяса. Блюда из птицы русской кухни. Рыбные блюда в русской кухне. Соусы, подливки, взвары в русской кухне. Русское чаепитие. Сервировка чайного стола. Холодные напитки.

Практическая работа: Приготовление и подача блюд русской кухни

Раздел 14. Национальная кухня разных народов

Теория. Особенности узбекской кухни. Блюда узбекской кухни.. Шурпа – узбекский суп.. Манты.

Грузинская кухня. Особенности кухни. Суп харчо.

Хачапури с яйцом. Особенности армянской кухни. Суп из чечевицы, Закуска в лаваше. Особенности татарской кухни. Азу по-татарски. Беляши татарские.

Особенности французской кухни. Печенье Мадлен. Омлет Аля киш.

Практическая работа: Приготовление и подача блюд национальных кухонь разных народов

Итоговое занятие. Подведение итогов за год

Демонстрация воспитанниками умения сервировать стол и навыков поведения за столом, конкурс на лучшее оформление холодных блюд, соревнование на правильную и быструю нарезку овощей, викторина, награждение лучших кружковцев, праздничный чай.

5. Ожидаемые результаты

По окончании обучения воспитанники смогут расширить свои знания в области кулинарии, сервировки стола и оформления готовых блюд, но и смогут приготовить разные блюда и изделия, что, несомненно, явится стимулом к самоусовершенствованию и дальнейшим поискам новых кулинарных и творческих решений.

Наиболее важным результатом занятий кружка должно стать осознание себя каждым воспитанником, как уникальной личности, имеющей право на свободный выбор, на ошибку, на уважение и понимание его творческих наклонностей, его устремлений, а также наличие при коллективном сотворчестве благоприятной среды для самоутверждения, самовыражения, самоактуализации, самосовершенствования.

Занятие конкретным делом, творчеством поможет воспитанникам чувствовать себя увереннее в жизни, их социальной адаптации при выходе во взрослую жизнь.

По окончании прохождения программы воспитанники должны знать:

- правила санитарии, гигиены, безопасной работы при кулинарных работах;
- оборудование и оснащение кухни и правила безопасной работы на нем;
- виды и кулинарные свойства продуктов;
- способы приготовления пищи и оформления блюд;
- пищевую ценность продуктов;
- культуру застолья, правила поведения за столом;
- основы сервировки стола и правила пользования столовыми приборами;
- основы здорового питания;
- основные виды и способы консервирования продуктов;
- технологию приготовления блюд и изделий для традиционных русских праздников: рождество, пасха и др.

должны уметь:

- осуществлять поиск необходимой информации в области кулинарии;
- определять количество продуктов и выполнять технологические операции по обработке продуктов с соблюдением безопасных приёмов работы;
- работать с кухонным оборудованием;
- определять качество продуктов;
- выполнять сервировку стола; украшать готовое блюдо;
- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюд;
- правильно выбирать способы обработки продуктов;
- готовить изделия из теста;
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;
- правильно вести себя за столом.

Требования к уровню подготовки воспитанников (стартовый уровень)

По завершении обучения воспитанники:

Должны знать:

- правила гигиены и безопасности труда на кухне;
- основные виды кухонного оборудования, посуды и инвентаря, их безопасное использование;
- основные продукты питания для приготовления;
- основные простые правила сервировки стола;
- правила поведения за столом;
- простые основные формы нарезки овощей;
- приемы варки, жарки основных продуктов

Должны уметь:

- обращаться с основными кухонными инструментами и приспособлениями (нож, овощерезка, терка, лопаточка, сито и др);
- выполнять простую сервировку стола;
- варить и жарить основные продукты;
- правильно мыть и хранить основные кухонные принадлежности

6. Условия реализации дополнительной образовательной программы

Занятия по плану кружка кулинарии «СОУС» проводятся в группах по 4-6 человек в специально оборудованном учебном кабинете для приготовления блюд и изделий, соответствующему всем требованиям безопасности труда. Для практических работ в учебном кабинете имеются комплекты санитарной одежды: фартуки и головные уборы.

Оборудование учебного кабинета:

Кухонный гарнитур

Мойка

Электроплита с жарочным шкафом

Холодильник

Посудомоечная машина

Микроволновая печь

Мультиварка

Кухонный комбайн

Хлебопечь

Аэрогриль

Блендер

Мясорубка

Столы

Ноутбук

Чайник электрический

Посуда и приспособления:

Набор столовых приборов
Набор кастрюль разной емкости
Набор сковородок
Набор форм для выпечки
Столовый сервиз
Чайный сервиз
Набор тарелок
Набор скатертей
Набор фужеров для коктейлей

7. Информационное обеспечение

1. Конституция Российской Федерации, ст. 43
2. Конвенция о правах ребенка
3. Б.М. Бим-Бад, Э.Д. Днепров, Г.Б. Корнетов. Мудрость воспитания
4. Л.К. Сидорова. Программа социального воспитания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Москва, 2003
5. Иванова Н.П., Бобылева И.А., Заводилкина О.В., Рыбинский Г.М. возрастные стандарты социализации детей-сирот, Москва, 1991
6. Иконников Г.Г. Социальная адаптация. Программа подготовки детей-сирот к самостоятельной жизни и преодолению трудностей социализации. Нижегородский гуманитарный центр, 1998
7. Барановский В.А. Кондитер Ростов-на-Дону Феникс 2000
8. Ефремов Е.В. Сборник рецептур - Ростов-на-Дону Феникс 2000
9. Анфимова Н.А. Кулинария М Экономика 1991
10. Ковалев Н.И. Технология приготовления пищи М Экономика 1994
11. Новоженев Ю.М. и др. Зарубежная кухня М Высшая школа 1990
12. Интернет-ресурсы

Мониторинг усвоения программы Формы и методы контроля

Для каждого года обучения по основным разделам курса выделяются измеряемые параметры (теоретические знания, практическая подготовка ребенка), соответствующие ожидаемым результатам. Параметры оцениваются по критериям оценки

Среднеарифметический оценочный результат заносится в индивидуальную карту освоения образовательной программы.

Заполнение карты осуществляется 2 раза в год – в середине и конце учебного года, для стартового уровня – 1 раз в год в конце обучения. Методика расчета показана ниже на примере первого года обучения.

Требования к уровню подготовки воспитанников (стартовый уровень) По завершении обучения воспитанники:

Должны знать:

- правила гигиены и безопасности труда на кухне;
- виды кухонного оборудования, посуды и инвентаря, их безопасное использование;
- основные продукты питания для приготовления;
- основные простые правила сервировки стола;
- правила поведения за столом;
- формы нарезки овощей;
- технологию приготовления простых первых и вторых, сладких блюд, напитков;

Должны уметь:

- обращаться с основными кухонными инструментами и приспособлениями;
- выполнять простую сервировку стола;
- готовить основные простые блюда;
- правильно мыть и хранить основные кухонные принадлежности

Итоговый контроль (*стартовый уровень*)

Теоретические знания

(за каждый правильный ответ – 1 балл)

1. Почему моют руки с мылом перед приготовлением пищи?
2. Как правильно переносить нож?
3. Назовите формы нарезки овощей
4. Перечислите продукты для приготовления щей из свежей капусты с картофелем?
5. Куда используют доску разделочную с маркировкой «ВО»?
6. Какие посуду и приборы используют в сервировке стола?
Как разложить их на столе.
7. Как варить картофель?
8. Как жарить котлеты из мяса?
9. Как моют разделочные доски? Как их хранят?
10. Какие продукты хранят в холодильнике и почему?

Критерии оценки:

1-4 баллов – удовлетворительно

5-7 -баллов – хорошо

8-10 - баллов – отлично

Практическая работа

(Каждый параметр оценивается в 10-балльной системе):

-Выбирает и пользуется приспособлениями

-выполняет отдельные приемы варки и жарки

-выбирает предметы сервировки

-умеет правильно разложить их на столе

-убирает рабочее место

-умеет правильно мыть посуду и инвентарь

Критерии оценки:

1-20 баллов – удовлетворительно

21-50 баллов- хорошо

51-60 баллов - отлично