

**ПАСПОРТ ОП «Секреты национальной кухни»**

№	Элементы ОП УДОД:	
<b>А</b>	<b>Титульный лист:</b>	
1	<b>Образовательное учреждение</b>	МБУ ДО «Центр дополнительного образования детей и эвенкийских народных ремёсел»
2	<b>ПРИНЯТО, дата</b>	Учебно-методический совет, от __29_ сентября 2017_ года
3	<b>УТВЕРЖДЕНО, дата</b>	Директор, 29 августа 2017 года
4	<b>Название ОП</b>	<b>«Секреты национальной кухни»</b>
5	<b>Срок реализации</b>	3 года
и6	<b>ФИО автора, должность</b>	Миронова Антонина Ивановна
7	<b>Территория, год</b>	Багдарин, 2017г
<b>Б</b>	<b>Пояснительная записка:</b>	
8	<b>Тип программы</b>	модифицированная
9	<b>Направленность</b>	<b>социально-педагогическая</b>
10	<b>Актуальность</b>	обусловлена в необходимости освоения детьми современного рационального и здорового натурального питания. Сегодня это – в составная часть формирования в обществе здорового образа жизни. Однако не учитывать, что культура питания, к разным элементам которой приобщается по мере своего развития, оказывает на него комплексное воз
11	<b>Отличительные особенности программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) в изучении основ кулинарии на материалах национальных кухон и традиций, при этом национальная кухня рассматривается как часть материального и духовного наследия русского, эвенкийского и бурятского народов;</li> <li>2) в изучении связи культуры питания с бытовой культурой народов Севера;</li> <li>3) в увеличенном количестве рецептов национальных блюд;</li> <li>4) в знакомстве обучающихся с некоторыми особенностями кухон Севера;</li> <li>5) в акцентировании внимания на основах здорового питания детей и подростков;</li> <li>6) в большем, чем в традиционных школьных программах, объеме практических занятий, самостоятельной работы обучающихся, в том числе с использованием литературы;</li> </ol>
12	<b>Педагогическая целесообразность программы</b>	определяется возможностью общего разностороннего развития личности обучающегося в процессе предлагаемой ему деятельности. Программа « Секреты национальной кухни» ставит и решает традиционную для подобных программ задачу обучения детей основам кулинарии в широком культурологическом контексте с использованием приёмов художественного творчества и современных здоровьесберегающих технологий.
13	<b>Цель</b>	формирование у обучающихся через изучение основ кулинарии устойчивой мотивации к здоровому питанию, основанному на традициях народной кухни

		на следовании традициям народной кухни
15	<b>Возраст детей</b>	<b>Возраст учащихся, которым адресована программа от 9-13 лет</b>
16	<b>Продолжительность занятия</b>	<u>  </u> 2 <u>  </u> раз в неделю 2 занятия по <u>  </u> 40-45 минут ( 4часа) 1 год обучения; 2 <u>  </u> раза в неделю по 3занятия по 40-45 минут ( 6часов) 2-3 год обучения. Так как на проведение практических занятий не достаточно 2 академических часов.
17	<b>Формы занятий</b>	Групповая, индивидуальная.
18	<b>Режим занятий</b>	Понедельник, четверг с 15.00-15-45.15.50-16.35
19	<b>Ожидаемые результаты</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Воспитанники должны знать и уметь:</b> технологию приготовления основных блюд национальной кухни;</li> <li>2. Приёмы художественного оформления блюд и сервировки стола.</li> <li>3.Иметь представление о рациональном и здоровом натуральном питании</li> <li>4. Развить художественный вкус, терпение, настойчивость, трудовой опыт детей, приучить к самообслуживанию.</li> </ol>
20	<b>Способы определения результативности</b>	<p>Входная аттестация обучающихся Сентябрь-октябрь    Выявить исходный уровень    Наблюдение          собеседование    Протокол          Карта наблюдений</p> <p>Промежуточная аттестацияДекабрь          апрель-выявить степень усвоения учебного материала;          -выявление отстающих, опережающих;          -закрепление знаний          -получение сведений о необходимости корректировки программы</p> <p>Контрольное занятие,          тестирование, викторина по пройденному материалу, конкурсы,          презентация, анкетирование, реферат, защита творческой работы.</p> <p>Протокол          Аналитические материалы</p> <p>Итоговая аттестацияАпрель-май    -выявить степень достижения результатов по итогам освоения всей программы;          -ориентация на самостоятельное обучение, дальнейшее планирование деятельности;          - получение сведений о необходимости корректировки программы</p> <p>Итоговые выставки, итоговое тестирование..    Протокол,          Аналитические материалы</p>
21	<b>Формы контроля</b>	Входной, текущий, рубежный, итоговый.
<b>В</b>	<b>Учебно-тематич. План 1 год обучения.</b>	

22	<p><b>Перечень разделов, тем</b></p>	<p>Вводное занятие</p> <p>1. Основы кулинарии</p> <p>Тема 1:Сервировка стола</p> <p>Тема2:Первичная обработка овощей, хранение, переработка</p> <p>Тема 3:Технология приготовления блюд из овощей, гарниры из них</p> <p>2 Основы хлебопечения</p> <p>Тема4:Виды хлебной продукции. Значение хлеба в рационе питания</p> <p>Тема5:Бутерброды, их классификация</p> <p>Тема6:Хлеб разных народов: русского, эвенкийского, бурятского хлеба</p> <p>3.Крупы, молоко и творог</p> <p>Тема7:Крупы, молоко и творог в рационе питания ребёнка</p> <p>Тема8:Технология приготовления блюд из творога, их разновидности.</p> <p>Тема9:Технология приготовления блюд из круп, их классификация</p> <p>Тема 10:Технология приготовления блюд из молока и кисломолочных продуктов, их разновидности</p> <p>4. Итоговые мероприятия</p> <p>Выставки, защита творческих работ</p> <p>Открытое занятие</p> <p>Экскурсии</p>
23	<p><b>Кол-во час. по темам (теория, практика, всего)</b></p>	<p>Теория- 29, практика-115ч,всего 144ч</p>
	<p><b>Учебно-тематич. План 2 год обучения.</b></p>	<p>Вводное занятие</p> <p>Основы здорового питания</p> <p>Тема: Обед под микроскопом.</p> <p>Приготовление блюд, богатых витаминами</p> <p>Тема 2:Закуски да винегреты. Приготовление и оформление.</p> <p>Сервировка стола к завтраку</p> <p>Тема 3:«Здоровье близко, ищи его в миске». Приготовление блюд различной калорийности</p> <p>Тема4:Запасы на зиму.</p> <p>Заготовка продуктов впрок</p> <p>Горячие блюда русской кухни</p> <p>Тема6:«Без обеда не красна беседа». Первые блюда. Сервировка стола к обеду</p> <p>Тема7:«Здоровье не в пилюле, а в кастрюле». Вторые блюда.</p>

		<p>Тепловая обработка продуктов</p> <p>Тема8:«Лесная говядинка наша». Блюда с грибами и дарами леса</p> <p>Тема9:«Рыба на столе – здоровье в доме». Приготовление рыбных блюд</p> <p>Тема10:«Щи да каша – пища наша». Блюда из злаков</p> <p>Тема11:«Картошку все мы уважаем». Блюда из картофеля и других овощей</p> <p>Тема12:«Для милого Ванечки пельмени да шанешки». Изделия из простого теста</p> <p>Тема13:Пища, приготовленная самой природой. Блюда из яиц и молока</p> <p>Русское застолье. Выпечка, сладкие блюда и напитки</p> <p>Тема14:История и традиции русского застолья. Выпечка и роспись пряников</p> <p>Тема15:«Пей чай, не вдавайся в печаль». Сладкая выпечка из разных видов теста</p> <p>Тема16:Любимые напитки наших прабабушек. Приготовление напитков</p> <p>Тема17:«Обряд известный угощенья». Приготовление торта. Сервировка праздничного стола</p> <p>Тема18:Аромат домашних пирогов. Выпечка из дрожжевого теста</p> <p>Конкурсы, праздники</p> <p>Экскурсии</p> <p>Итоговое занятие</p>
23	Кол-во час. по темам (теория, практика, всего)	Теория- 45, практика-171ч,всего 216ч
	Учебно-тематич. План 3год обучения	<p>Вводное занятие</p> <p>Традиционная русская кухня</p> <p>Тема1:Старорусская кухня</p> <p>Тема2:Славянская кухня</p> <p>Тема3:Обрядовая кухня</p> <p>Тема4:Кухня разных областей России</p> <p>Кухня народов мира</p> <p>Тема5:Европейская кухня</p> <p>Тема6:Кухня народов Кавказа</p> <p>Тема7:Бурятская Кухня</p> <p>Тема8:Восточная кухня</p> <p>Тема9:Кухня Американского континента</p> <p>Искусство высокой кухни</p> <p>От здорового питания – к здоровому образу жизни</p> <p>Тема10:Принципы диетологии</p> <p>Тема11:Профилактика зависимого поведения</p> <p>Основы проектной и исследовательской деятельности в кулинарии</p> <p>Тема12:Основы проектной деятельности</p> <p>Тема13:Правила выполнения и оформления исследовательских работ</p> <p>Конкурсы, праздники</p>

Экскурсии, музеи, выставки

Итоговое занятие

Кол-во час. по темам  
(теория, практика,  
всего)

Теория- 54, практика-162ч,всего 216ч

**Д** Метод обеспечение ОП:

Приложение 1

24 Разработки метод.  
видов продукции  
(сценарии,  
положения, тесты)

**Индивидуальная карта освоения образовательной программы**

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемых качеств)

Фамилия, имя ребёнка:

Возраст:

Ф.И.О. педагога: **Миронова А.И.**

Название программы: «СНК»

Дата начала наблюдения: сентябрь 20 года

Сроки диагностики Показатели	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Сентяб 20 г.	Май 20 г.	Сентяб 20 г.	Май 20 г.	Сентяб 20 г.	Май 20 г.
<b>1. Теоретическая компетентность</b> 1.1. Знания в области техники безопасности 1.2. Знания в области кулинарии 1.3. Знания в области русской кухни и основ здорового питания						
<b>2. Практическая компетентность</b> 2.1. Владение специальным оборудованием и инструментами 2.2. Практические умения и навыки						
<b>3. Личностное развитие</b> 3.1. Коммуникативность 3.2. Толерантность 3.3. Трудолюбие 3.4. Креативность						
<b>4. Личностные достижения обучающегося</b>	Конкурс «Украшения закусок» Конкурс «Русский пряник» Конкурс «Юный кондитер»		Детское жюри конкурса «Украшения бутербродов», «Салат-тортов»		Защита творческих проектов	

25 Дидактический материал, исследования

Тест по теме "Кулинария" 1 год обучения

1. Доброкачественность овощей можно определить по:

- а) цвету;
- б) запаху;
- в) вкусу;
- с) консистенции.

2. Укажите последовательность этапов первичной обработки овощей:

- а) промывание;
- б) сортировка;
- в) нарезка;
- г) очистка;
- д) мойка.

3. Определите правильную последовательность приготовления салатов из свежих овощей:

- а) нарез овощей;
- б) выкладывание в салатницу и украшение;
- в) заправка овощей;
- г) первичная обработка овощей.

4. Виды тепловых обработок овощей:

1 - Варка	А - комбинированный способ тепловой обработки овощей, сначала овощи обжаривают, затем заливают небольшим количеством жидкости и доводят до готовности;
2 - Припускание	Б - тепловая обработка овощей в разных количествах жира;
3 - Жарение	В - варка овощей в небольшом количестве жидкости;
4 - Пассерование	Г - варка овощей в большом количестве жидкости;
5 - Тушение	Д - легкое обжаривание продукта.

5. Определить доброкачественность яиц:

1 - опустить на дно стакана	А - Недостаточно свежее;
2 - плавает чуть выше дна	Б - Недоброкачественное;
3 - находится на поверхности жидкости	В - Яйцо свежее.

6. Первичная обработка яиц:

- а) промыть горячей водой;
- б) промыть с солью;
- в) промыть с мылом.

7. Способы варки яиц:

1 - Всмятку	А - 5 минут;
2 - "В мешочек"	Б - 10 минут;

3 - Вкрутую	В - 2 минуты.
-------------	---------------

8. Классификация бутербродов:

1 - Простые	А - продукты не видны;
2 - Сложные	Б - несколько видов продуктов;
3 - Закрытые	В - отличаются маленькими размерами;
4 - Закусочные	Г - один вид продукта.

9. Выбери правильный ответ: "К горячим напиткам относятся":

- а) чай;
- б) квас;
- в) морс;
- г) кофе;
- д) какао.

**Тест по теме "Кулинария" 2 год обучения**

1. К минеральным веществам относятся:

- а) магний;
- б) железо;
- в) углеводы;
- г) натрий;
- д) жиры;
- е) витамины.

2. К кисломолочным продуктам относятся:

- а) квас;
- б) простокваша;
- в) морс;
- г) сметана;
- д) сыр;
- е) творог;
- ж) ацидофилин.

3. Определи, какую крупу получают из данной зерновой культуры:

Зерновая культура	Крупа, полученная из зерна
1 - гречиха	А - пшено
2 - просо	Б - манная
3 - пшеница	В - перловая
4 - ячмень	Г - ядрица
5 - овес	Д - хлопья "Геркулес"

4. По концентрации густоты каши делят на:

- а) твердые;
- б) рассыпчатые;
- в) мягкие;
- г) жидкие;
- д) зернистые;
- е) вязкие.

5. Определить какому виду соответствуют данные макаронные изделия:

Вид макаронных изделий	Макаронные изделия
1 - трубчатые	А - узкая, широкая, гофрированная
2 - фигурные	Б - обыкновенная, паутинка, яичная
3 - вермишель	В - звездочки, ракушки, алфавит
4 - лапша	Г - макароны, рожки, перья

6. Макароны при варке засыпают в кастрюлю:

- а) с холодной водой;
- б) с теплой водой;
- в) с горячей водой;
- г) с кипящей водой.

7. Определите правильную последовательность первичной обработки рыбы:

- а) промывание;
- б) разрезание брюшка;
- в) оттаивание;
- г) удаление внутренностей;
- д) очистка рыбы от чешуи;
- е) нарезание на порционные куски;
- ж) удаление головы, плавников, хвоста.

8. По каким характеристикам определяется доброкачественность рыбы:

- а) консистенция плотная
- б) жабры серого цвета;
- в) чешую отстает от кожи;
- г) консистенция рыхлая;
- д) глаза мутные;
- е) жабры ярко-красного цвета;
- ж) чешуя просто прилегает к коже;
- з) глаза прозрачные.

9. К холодным сладким блюдам относятся:

- а) фрукты и ягоды;
- б) пудинги;
- в) суфле;
- г) кисели;
- д) мороженое;
- е) каши;
- ж) компоты.

10. Желирующим веществом для киселей является:

- а) пищевой желатин;
- б) картофельный крахмал;
- в) пшеничная мука;
- г) манная крупа.

#### Тест по теме "Кулинария" 3 год обучения

1. Если Вы столкнулись с признаками пищевого отравления, какие меры необходимо принять?

- а) выпить 2 - 3 стакана крепкого чая;
- б) вызвать врача;
- в) положить грелку на область живота;
- г) оказать первую медицинскую помощь.

2. Укажите последовательность этапов первичной обработки фруктов и ягод:



4 - Слоеное	Г - готовят в два приема
-------------	--------------------------

10. Гигиена - это

- а) наука изучающая строение, свойства и жизнедеятельность микроорганизмов;
- б) наука о здоровье человека, изучающая влияние внешней среды на его организм;
- в) практическое осуществление гигиенических норм и правил.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575961

Владелец Баракина Алена Дмитриевна

Действителен с 22.04.2022 по 22.04.2023