

Государственное казенное образовательное учреждение  
«Школа – интернат № 9 г.Городца»

Принято  
на педагогическом совете протокол  
№ 1 от 30.08.2022

Утверждаю:  
Директор  
ГКОУ «Школа-интернат №9 г.Городца»  
И.В.Козина  
« 01 09 2022 г.  
*Приказ № 154/н*



АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА  
«Мастерская повара»

Срок реализации 1 год

Разработчики:  
Казакова Инна Вячеславовна

г. Городец, 2022

## Содержание

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы:	стр. 3
1.1 Пояснительная записка	стр. 3
1.2 Цель и задачи программы	стр. 4
1.3 Содержание программы	стр. 4
1.4 Планируемые результаты	стр. 7
2. Комплекс организационно-педагогических условий	стр. 8
2.1 Тематическое планирование	стр. 8
2.2 Условия реализации программы	стр. 9
2.3. Методы отслеживания результативности	стр. 13
3. Список используемой литературы	стр. 14

## 1.1 Пояснительная записка

Подготовка к самостоятельной жизни – одна из основных задач процесса обучения по программе «Мастерская повара», воспитанников школы-интерната, которым в связи с объективными трудностями адаптации и социализации усиленное развитие этих навыков необходимо в первую очередь.

Вопрос «Кем быть?» - один из главных для каждого молодого человека. От его решения зависит вся дальнейшая жизнь. Правильно выбранная профессия способствует достижению наиболее высоких показателей в трудовой и общественной деятельности, а удовлетворенность процессом труда и его результатами дает возможность максимального проявления творчества, лучшего эмоционального настроения, более полного осуществления всех жизненных планов, как одного человека, так и общества в целом.

Кулинария – искусство приготовления пищи. Зачем нужна пища, знает каждый, о «хлебе насущном» человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он не занимался. Умение хорошо, т.е. правильно, вкусно и быстро, готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни.

Программа включает материал, который вызывает познавательный интерес учащихся к традициям здорового питания, технологиям обработки продуктов, грамотному приготовлению блюд.

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 пироги.

Обучение по программе построено 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.

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

Программа построена по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Основными формами и методами обучения являются практические работы, беседы, лекции, сюжетно- ролевые игры. На занятиях практикуется демонстрация учебных фильмов и различных наглядных средств обучения.

В большинстве тем предусмотрено проведение практических работ. Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей должен овладеть основными способами приготовления пищи.

Практические работы проводятся в малых группах по 4 – 5 человек. В зависимости от задач занятия и оснащенности кабинета могут использоваться как коллективные, так и индивидуальные формы организации практических работ. Каждый ученик должен овладеть всеми знаниями и умениями. На занятиях отводится обязательное время для изучения правил техники безопасности.

Занятия по программе «Мастерская повара» тесно связаны с уроками русского языка, математики, трудового обучения. Занятия проводятся в специальном кабинете, в котором отведено место для работы детей и оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой.

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, коллективизма, взаимовыручки.

## 1.2 Цель и задачи программы.

Цель: формирование знаний и умений обучающихся, способствующих социальной адаптации и подготовка обучающихся к самостоятельной жизни.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить обучающихся с технологиями приготовления различных блюд;
- дать обучающимся представление об эстетике приготовления, оформления и приёма пищи;
- познакомить обучающихся с гигиеническими требованиями обработки, приготовления, хранения пищи;
- научить обучающихся соблюдению техники безопасности при работе с острыми и режущими инструментами, электрооборудованием;
- научить обучающихся экономичному (рациональному) использованию продуктов;
- расширить знания обучающихся в области кулинарии.

Развивающие:

- развивать творческие способности учащихся, создавая ситуацию успешности, способствующую формированию положительных эмоций;
- развить у учащихся навыки конструктивного позитивного взаимодействия со сверстниками во время практических занятий;
- формировать у учащихся умение планировать работу и самостоятельно контролировать ее поэтапное выполнение;
- развивать глазомер, мышление, память учащихся.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, усидчивость, терпение, настойчивость, аккуратность учащихся;
- воспитывать уважительное отношение учащихся к труду;
- способствовать самоопределению учащихся в выборе профессии;
- воспитывать у учащихся чувство ответственности за свое будущее.

## 1.3 Содержание программы.

Тема. Вводное занятие - 2 час.

Цели и задачи программы. Значение питания для жизнедеятельности организма. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях.

*Примерный перечень практических заданий:*

1. Изучение инструкций по безопасности труда, санитарии и гигиене.
2. Рациональное размещение инструментов на рабочих местах.
3. Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах и других травмах.

*Форма проведения занятия* - лекция с элементами фронтальной беседы и практикума.

Тема. Пища и ее предназначение в жизни человека. Культура питания как составляющая здорового образа жизни - 2 ч.

История развития и расширение пищевого рациона человека. Характеристика пищи как одной из существенных составляющих материальной культуры человека. Культура питания как составляющая здорового образа жизни.

*Примерный перечень практических заданий:*

1. Выявление потребности человека в применении “кулинарного искусства”.
2. Изучение школьниками данных о том, как, когда, сколько, что есть по информационным источникам, предложенным преподавателем.

*Форма проведения занятия* - лекция с элементами фронтальной беседы и практикума.

Тема. Первичная обработка овощей-4ч.

Сортировка, мойка, очистка и нарезка. Формы простой, сложной, фигурной нарезки овощей и их применение. Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов. Практические работы: очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками.

Тема. Приготовление салатов -6ч

Витамины, их классификация, содержание в продуктах питания. Особенности приготовления пищи для сохранения витаминов. Заболевания, связанные с недостатком витаминов в пище.

*Примерный перечень практических заданий (практическая работа по группам)*

Приготовление салатов.

*Перечень блюд:* салат из белокочанной капусты с яблоками, салат из цветной капусты, салат из моркови, свёклы.

Тема. Приготовление картофеля – 6 ч

*Примерный перечень практических заданий (практическая работа по группам)*

*Перечень блюд:* картофель жареный, варёный, печёный и т.д

Тема. Приготовление супов – 6 ч.

*Примерный перечень практических заданий (практическая работа по группам)*

Приготовление первых блюд.

*Перечень блюд:* овощной суп, щи, борщ и т.д

Тема. Овощные гарниры-4ч.

Значение гарниров из овощей, их вкусовые, питательные и декоративные качества.

Практические работы. Приготовление картофельного пюре и моркови в молочном соусе.

Тема. Приготовление горячих напитков – 4 ч

Технология приготовления горячих напитков.

*Перечень блюд:* зеленый чай, фруктовый чай, кисель, компот и т.д

Тема. Сервировка стола – 4 ч.

Сервировка стола. Искусство сервировки. История появления и совершенствования посуды и столовых приборов. Правила сервировки. Способы сворачивания салфеток. Правила поведения за столом.

*Примерный перечень практических заданий (практическая работа по группам)*

1. Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину.
2. Сервировка праздничного стола.
3. Приготовление праздничного блюда.

*Перечень блюд:* салат из чернослива с орехами.

Тема. Приготовление блюд из круп – 6 ч.

Рациональное питание. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок. Составление меню на день.

*Примерный перечень практических заданий (практическая работа по группам):*

1. Составление схем приготовления различных блюд.
2. Составление меню на день.
3. Приготовление блюд из круп.

*Перечень блюд:* пшенная каша, рисовая каша, манная каша и т.д

Тема. Способы обработки пищевых продуктов – 6 ч.

Характеристика способов обработки пищевых продуктов. Преимущества приготовления пищи на пару.

*Примерный перечень практических заданий (практическая работа по группам):*

Приготовлению вареных, тушеных и паровых блюд.

*Перечень блюд:* рыба отварная с картофелем, голубцы мясные «ленивые», котлеты паровые.

Тема. Откуда к нам пришло тесто. История, виды, технология приготовления -2 ч.

Правила внутреннего распорядка на кухне. Инструменты и приспособления. Виды теста.

Рецептура и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей.

Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий.

Практическая работа. Определение доброкачественности муки.

Тема. Технология приготовления сметанника на основе безопасного дрожжевого теста - 2ч.

Состав теста и начинки для сметанника. Способы приготовления.

Практическая работа. Приготовление безопасного дрожжевого теста, начинки для сметанника. Определение времени выпекания. Выпечка и подача к столу.

Тема. Изделия из яиц и творога -6 ч.

Значения молочных блюд. Изделия из творога. Пищевая ценность яиц. Блюда из яиц.

Практические работы: Приготовление сырников, вареников ленивых и натурального омлета.

Тема. Консервирование овощей, фруктов и ягод - 6ч.

Способы и последовательность консервирования овощей, фруктов, ягод (квашение, соление, пастеризация).

Практическая работа: консервирование

Тема. Праздничная выпечка на Пасху-4ч.

Выпечка на пасху. Украшение стола. Выпечка пасхальных фигурок. Окраска яиц. Приготовление кулича.

Тема. Итоговое занятие.

Промежуточная аттестация-2ч.

Конкурс на лучшее оформление холодных блюд. Соревнование на правильную и быструю нарезку овощей. Демонстрация детьми умения сервировать стол и навыков поведения за столом. Викторина. Праздничный чай.

#### 1.4 Планируемые результаты

Образовательные (предметные):

- умение выполнять вспомогательные работы: по очистке картофеля, овощей; переборке зелени, мойке овощей и зелени;
- знание первичной обработки круп, макаронных изделий, творога, яиц;
- умение варить картофель, овощи, бобовые, макаронные изделия, каши и яйца;
- умение готовить жареные блюда из каш, творога и яиц, макаронных изделий;
- умение жарить блины и оладьи;
- умение печь изделия из дрожжевого и песочного теста;
- умение готовить блюда с применением простого дрожжевого теста (пельмени, вареники, лапшу и т. д.);
- умение готовить супы;
- навыки гостеприимства: умение правильно подавать блюдо, подбирать соответствующую посуду, накрывать скатертью и сервировать стол: к завтраку, обеду или празднику;
- застольный этикет;
- умение пользоваться кухонным оборудованием, инвентарём;

Метапредметные:

- умение самостоятельно найти нужную информацию в Интернете;
- умение выполнить практическое задание по самостоятельно выстроенному алгоритму;

Личностные:

- умение взаимодействовать со сверстниками;
- навыки коллективизма, самостоятельности.

Форма проведения промежуточной аттестации: мини-конкурс.

№	Критерии	Балл
1.	Внешний вид конкурсанта.	1
2.	Знание и соблюдение правил поведения и ТБ.	1
3.	Знание материала по программе.	1
4.	Соответствие рецепту приготовления.	1
5.	Эстетика оформления и вкусовые качества.	1

Промежуточная аттестация считается успешно пройденной, если обучающийся набрал не менее 3-х баллов из критериев оценивания.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1 Тематическое планирование.

Тема занятия	Теория кол-во часов	Практика кол-во часов	Итого кол-во часов
Вводное занятие	2	-	2
Пища и ее предназначение в жизни человека. Культура питания как составляющая здорового образа жизни	2	-	2
Первичная обработка овощей	1	3	4
Приготовление салатов	2	4	6
Приготовление картофеля	2	4	6
Приготовление супов	2	4	6
Овощные гарниры	2	2	4
Приготовление горячих напитков.	2	2	4
Сервировка стола	2	2	4
Приготовление блюд из круп	2	4	6
Способы обработки пищевых продуктов	2	4	6
Откуда к нам пришло тесто. История, виды, технология приготовления	2	-	2
Технология приготовления сметанника на основе безопасного дрожжевого теста	-	2	2
Изделия из яиц и творога	2	4	6
Консервирование овощей, фруктов и ягод	2	4	6
Праздничная выпечка на Пасху	-	4	4
Промежуточная аттестация	-	2	2
Итого	27	45	72

### 2.2 Условия реализации программы.

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение реализации программы

Данная программа может быть эффективно реализована во взаимосвязи методического обеспечения программы и материально-технических условий:

- оборудованный учебный кабинет, оснащенный мебелью: кухонный гарнитур, стол для дегустации раздвижной, стулья на металлокаркасе, пуфик-банкетка с ящиком.
- технические средства обучения: программно-аппаратный интерактивный комплекс, индукционная варочная панель, посудомоечная машина, вытяжка, микроволновая печь, холодильник, кухонный комбайн, духовой шкаф, чайник,



мультиварка, тостер, нескользящая разделочная доска, индикатор уровня жидкости, нескользящие миски для смешивания продуктов, держатель для чашек, коврики для сушки посуды, сахарница дозатор, таймер кухонный, ножеточка, открывалка для стеклянных банок, щипцы для разбивания яиц, посуда, весы кухонные, набор столовых приборов;

- информационное обеспечение: интернет-ресурсы, видео материалы.
- учебно-методическое обеспечение: дополнительная общеобразовательная программа, комплект учебно-методических материалов изучения направления «Поварское дело»; дидактические материалы, плакаты, видеотека, методические рекомендации, сборники материалов, сценарии, мониторинг по дополнительной общеобразовательной программе, периодические и специальные издания.

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Темы занятий	Формы Занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Дидактические материалы	Техническое оснащение	Формы контроля
1	Вводное занятие	теория с элементами фронтальной беседы и практикума.	Словесно- логический	Наглядный материал	Ноутбук, телевизор	Педагогическое наблюдение Игра
2 3	Пища и ее предназначение в жизни человека. Культура питания как составляющая здорового образа жизни	теория с элементами фронтальной беседы и практикума.	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал	Ноутбук, телевизор	анкетирование
4 5	Первичная обработка овощей	Теория и практика	методы монологически – диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор	Практическая работа
6 7	Приготовление салатов	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор	Практическая работа
8 9	Приготовление картофеля	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита	Практическая работа
10	Приготовление	Теория и практика	методы монологически -	Наглядный	Ноутбук, телевизор,	Практическая

11	супов		диалогического и практического изложения и изучения материала	материал, карточки.	электроплита, мультиварка	работа
12 13	Овощные гарниры	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, мультиварка	Практическая работа
14 15	Приготовление горячих напитков.	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, электрочайник	Практическая работа
16 17	Сервировка стола	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор.	Практическая работа
18 19	Приготовление блюд из круп	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, мультиварка	Практическая работа
20 21	Способы обработки пищевых продуктов	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, электродуховка	Практическая работа
22	Откуда к нам	Теория и практика	методы монологически -	Наглядный	Ноутбук, телевизор,	Практическая

23	пришло тесто. История, виды, технология приготовления		диалогического и практического изложения и изучения материала	материал карточки.	электроплита, электродуховка	работа
24 25	Технология приготовления сметанника на основе безопасного дрожжевого теста	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Раздаточный и наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, электродуховка	Практическая работа
26 27	Изделия из яиц и творога	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, электродуховка, мультиварка	Практическая работа
28 29 30	Консервирование овощей, фруктов и ягод	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал, карточки.	Ноутбук, телевизор, электроплита, микроволновка	Практическая работа
31 32	Праздничная выпечка пасхи	Теория и практика	методы монологически - диалогического и практического изложения и изучения материала	Наглядный материал.	Ноутбук, телевизор, Электроплита, электродуховка	Практическая работа
33 34	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	Практика Теория	опросно-ответный метод	Раздаточный материал.	Ноутбук, телевизор, планшеты	Анкетирование

### 2.3 Методы отслеживания результативности.

Наблюдение, опрос и анкетирование позволяют определить результативность освоения программы, учитывая сформированные осознанные теоретические и практические знания, умения и навыки. В ходе реализации программы практикуются и другие формы работы:

- выполнение заданий, тестов;
- демонстрация практических и теоретических знаний и умений на занятиях;
- индивидуальные беседы, дискуссия;
- выполнение практических и творческих работ.

Диагностика результативности сформированных компетенций, учащихся по программе осуществляется при помощи следующих методов диагностики и контроля:

- анкетирование, тестирование;
- беседа, устный опрос;
- педагогическое наблюдение;
- устный анализ выполненных практических заданий.

### 3.Список литературы

#### 3.1. Учебники и учебные пособия:

1. Н. Передерей, рецепты мировой кухни, Москва, Издательство ВЕЧЕ, 2009
2. С.А. Попова, Просто о простом, Совьяж БЕВО, 1994
3. Л.В.Строкова, Вкусные салаты и закуски для праздников, Москва, РИПОЛ классик,2014
4. И. Е.Васильева, Сто потрясающих обедов, Москва, РИПОЛ классик, 2011
5. Т.А. Федосеева, Большая энциклопедия кулинарного искусства, Москва,ОЛМА ПРЕСС, 2015
6. В. В.Усов, Гость в доме, Москва, Журналистское агентство: «Гласность», 2014

#### 3.2. Справочники:

1. Харченко Н.Э. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Учеб. Пособие, Издательство: Академия, 2008 г., 486 стр.

#### 3.3 Интернет-ресурсы:

1. [www.povar.ru](http://www.povar.ru)
2. [www.delo-vcusa.ru/recepti](http://www.delo-vcusa.ru/recepti)
3. [www.100vkusov.ru](http://www.100vkusov.ru)
4. [www.gastronom.ru](http://www.gastronom.ru)
5. [www.mamagotovit.ru](http://www.mamagotovit.ru)
6. [www.gotovim-doma.ru](http://www.gotovim-doma.ru)
7. [www.111receptov.ru](http://www.111receptov.ru)