

## **Пояснительная записка**

Воспитанники детского дома испытывают большие трудности в начале самостоятельной жизни, не умеют решать повседневные вопросы. Ведь дети детского дома едят в столовой, вещи стирают в прачечной, живут в условиях общежития, соблюдают режим. Учитывая особый образ жизни детского дома, который культивирует в детях такие качества как беспомощность, потребительство, приспособленчество, возникает необходимость подготовке воспитанников к самостоятельной жизни и формирование у них определённых знаний и умений навыков.

Поэтому занятия кружка по кулинарии, его работа, поможет подготовить детей - сирот к преодолению трудностей социализации.

### **Цель программы:**

Обучение воспитанников детского дома приготовлению здоровой питательной пищи из доступных продуктов.

### **Задачи:**

- Способствовать формированию у детей умений и навыков по приготовлению несложных блюд из доступных продуктов.
- Познакомить с правилами техники безопасности при приготовлении пищи.
- Способствовать привитию санитарно – гигиенических навыков.

### **Возраст детей, участвующих в реализации программы.**

Программа ориентирована на воспитанников с 8 – 18 лет. Приобретённые на занятиях знания и навыки помогут воспитанникам в повседневной жизни. Формы и методы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. Программа кружка рассчитана на тех, кто делает первые шаги в приготовлении несложных блюд, учит ориентироваться в многообразии продуктов.

Занятия в кружке позволят развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего труда.

**Теоретическая часть программы** включает в себя сведения об основных продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, сведения о культуре потребления пищи.

**Практическая часть программы** предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд из доступных продуктов, дегустацию и формирование сервировки стола.

**Реализация программы** будет осуществляться через различные формы занятий:

- Беседа
- презентация
- практикум
- дегустация

**Срок реализации программы – 1 год**

**Ожидаемые результаты**

<b>Знать (теория)</b>	<b>Уметь (практика)</b>
Правила техники безопасности при приготовлении пищи	Соблюдать правила техники безопасности
Правила гигиены и санитарии	Соблюдать правила санитарии и гигиены
Основные группы продуктов питания	Выбирать продукты питания

Способы механической и тепловой обработки продуктов	Выполнять основные приёмы механической и тепловой обработки продуктов
Рецепты несложных блюд	Изготавливать блюда из различных продуктов согласно рецепту
Основные правила сервировки стола	Пользоваться инструментами и приспособлениями при приготовлении пищи
Правила поведения за столом	Сервировать стол при различных видах приёма пищи.

### Тематический план

/п	Тема	Кол-во занятий
	Вводное занятие. Правила безопасности. Сервировка стола.	1
	Бутерброды. Напитки -бутерброды с мясом, колбасой, сыром, маслом, канапе; -компоты; -коктейли; -чай.	3

	<p>Блюда из овощей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-салаты;</li> <li>-нарезки.</li> </ul>	3
	<p>Блюда из круп и макаронных изделий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-каши;</li> <li>-запеканки;</li> <li>-пудинги;</li> <li>-паста;</li> <li>-макароны с мясом.</li> </ul>	5
	<p>Супы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-гороховый;</li> <li>-щи;</li> <li>-борщ;</li> <li>-рассольник.</li> </ul>	5
	<p>Блюда из мяса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-плов;</li> <li>-голубцы;</li> <li>-пельмени;</li> <li>-котлеты;</li> <li>-гуляш;</li> <li>-шашлык;</li> <li>-тефтели.</li> </ul>	7
	<p>Блюда из птицы, рыбы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-жаркое;</li> <li>-тельное;</li> <li>-ростбиф;</li> <li>-эскалоп;</li> </ul>	7

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-уха;</li> <li>-форшмак;</li> <li>-фрикадельки.</li> </ul>	
	<p>Различные мучные блюда:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-блины;</li> <li>-пироги;</li> <li>-торты;</li> <li>-оладьи;</li> <li>-пицца;</li> <li>-«хворост».</li> </ul>	5

### Содержание программы

Наименование темы	Форма занятия	Содержание	Кол-во занятий
Вводное занятие	Беседа презентация	Правила безопасности кулинарных работ. Правила санитарии и гигиены. Правила сервировки стола.	<b>1</b>
Бутерброды. Напитки	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация.	<p><b>Теория:</b> Правила хранения продуктов, сроки годности. Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов. Виды напитков.</p> <p><b>Практика:</b> изготовление открытых, закрытых бутербродов, канапе и горячих бутербродов. Сервировка стола к</p>	<b>3</b>

		чаю	
Блюда из овощей.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> виды овощей. Влияние овощей на организм человека. Первичная и тепловая обработка овощей. <b>Практика:</b> салаты из моркови, капусты, картофель отварной, жаренный, картофельное пюре.	<b>3</b>
Блюда из круп и макаронных изделий	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> виды круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Правила варки молочных блюд. <b>Практика:</b> приготовление каш на молоке, гречневая каша с мясом, макароны с сыром.	<b>5</b>
Супы.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<b>Теория:</b> виды супов, последовательность закладки продуктов в суп <b>Практика:</b> приготовление куриного бульона, суп из кабачков, борщ, гороховый суп, зелёные щи.	<b>5</b>

<p>Блюда из мяса.</p>	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> виды мясных продуктов. Виды из полуфабрикатов из рубленного мяса. <b>Практика:</b> изготовление котлет, запекание мяса в духовке, приготовление соусов, мясных салатов.</p>	<p>7</p>
<p>Блюда из птицы, рыбы.</p>	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> разнообразие продуктов из рыбы и птицы. Роль блюд из птицы и рыбы в полноценном питании. Сервировка стола к ужину. <b>Практика:</b> приготовление курицы в духовке, рыба в томатном соусе, курица в сметане, изготовление куриных и рыбных салатов.</p>	<p>7</p>
<p>Различные мучные блюда</p>	<p>Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация</p>	<p><b>Теория:</b> разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного, песочного и дрожжевого теста. <b>Практика:</b> выпечка блинов, оладий, «хвороста», пиццы. Торты. Выпечка из дрожжевого теста. Украшение блюд.</p>	<p>5</p>

## **Литература:**

- 1.1.Ермакова В. И. Основы кулинарии: Учеб. Для 8-11 кл. общеобразоват. Учреждений. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1996
- 2.2.Искусство кулинарии. - М.: «Аз Буки», ТОО «Игорь»,1993
- 3.3.П. Ф. Симоненко. Образцовая кухня. – М.: Типография И. Д. Сытина, 1892
- 4.4.СD-диск «Энциклопедия кулинарии»: КиМ
- 5.5.СD-диск «Энциклопедия этикета»: КиМ
- 6.Сборник «Рецепты на бис».

**Частное учреждение для детей-сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей «Разуменский дом детства**

календарно-тематический план занятий по теме:

**«ОБУЧЕНИЕ ВОСПИТАННИКОВ ТЕХНОЛОГИИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ  
НЕСЛОЖНЫХ БЛЮД»**

Возраст обучающихся: с 8 до 18 лет

Общее количество часов: 34 (10 теоретических часов и 24 практических часа)

Старший воспитатель группы: Федосеенко Г.Н.

Белгород, 2018 год.

**Частное учреждение для детей-сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей «Разуменский дом детства**

**Тема: «Основы светской этики»**

Воспитатель : Помогаева С.В.

2018 – 2019 учебный год.