

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2

ПРИНЯТА на заседании
педагогического совета
МАОУ – СОШ № 2
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом директора
МКОУ-СОШ № 2
№ 10 от 19.01.2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
социально-педагогической направленности
«ХОЗЯЮШКА»**
Возраст обучающихся 11 – 16 лет
Срок реализации 5 лет

Кривых Татьяна Петровна,
1 квалификационная категория

г. Тавда, 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка к самостоятельной жизни – одна из основных задач процесса обучения кружка «Хозяюшка» и предусматривает создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Актуальность программы «Хозяюшка» заключается в том, что обучение детей направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важными этапами на пути социализации личности. Социально-педагогическая направленность программы, охватывает широкий возрастной диапазон и многофункциональна по своему назначению т.к. в системе воспитания детей, важное место занимает трудовое, нравственное, эстетическое воспитание подрастающего поколения.

Кулинария – искусство приготовления пищи. «В здоровом теле – здоровый дух!» - говорили древние, здоровье и настроение, готовность трудиться во многом зависят от питания и отдыха. Важно не только правильно готовить, но и правильно питаться. 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 обучающиеся учатся искусству приготовления пищи, творчески оформлять блюда к праздникам, выставкам, готовить разные закуски, салаты, первые и вторые блюда, а также десерты.

Педагогическая целесообразность обусловлена тем, что программа «Хозяюшка» составлена с учётом интересов и потребностей детей, их возможностей, уровня подготовки и владения практическими навыками. Данная программа охватывает помимо преподавания практических навыков, развитие познавательной сферы через преподавание основ кулинарии. Весь курс обучения представляет единую систему взаимосвязанных тем, которые постепенно усложняются, и при этом раскрывают многообразные связи предметной практической деятельности человека с его историей и культурой. В основу программы положен концентрический принцип - одни и те же темы рассматриваются каждый год с усложнением по видам деятельности и способам выполнения (в зависимости от имеющихся у воспитанников навыков, умений и потенциальных возможностей).

Особенностью данной программы является то, что у учащихся появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны дома.

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

Задачи:

- формировать устойчивый интерес к технологии приготовления пищи, способности воспринимать исторические и национальные особенности кухни;
- способствовать развитию коммуникативных навыков и навыков общения в группе;
- привить культурно-гигиенические навыки;
- способствовать привитию навыков рационального питания;
- обучить навыкам организации своего быта и питания;
- формировать и развивать творческие способности в кулинарии;
- приобщать к национальным и семейным традициям;
- способствовать профессиональному самоопределению через формирование основных знаний, умений и навыков приготовления пищи.

Для реализации поставленных задач применяются следующие методы:

- метод беседы;
- методы творческого самовыражения в практических работах;
- игровые мероприятия;
- рефлексия.

Значительное количество времени уделяется практическим работам, так как именно этот способ самовыражения более естественен и ожидаем. Каждое занятие заканчивается рефлексией – и самооценкой: что сегодня узнали?; что было новым и интересным?; что понравилось на занятии?.

Таким образом, проведение подобных занятий неизменно ведет к расширению знаний и способностей детей, углублению социальной коммуникабельности учеников в разных видах учебной деятельности, взаимодействию со сверстниками. Они учатся межличностным отношениям, разным формам общения и способам выражения своих чувств.

Срок реализации программы и организация деятельности работы кружка.
Программа занятий рассчитана на 5 лет (340 учебных часов).

Участники реализации программы - обучающиеся мариинских классов.

Возраст: 11-16 лет.

Количество обучающихся в группе для освоения программы - 15 человек.

Режим работы кружка:

1 год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа (68 часов в год);

2 год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа (68 часов в год);

3 год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа (68 часов в год);

4 год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа (68 часов в год);

5 год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа (68 часа в год).

Курс сочетает в себе лекции, практические занятия и дегустацию блюд.

На занятиях в кружке предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (воспитанницам даются самостоятельные задания с учетом их возможности);

- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема);

- групповая (разделение на мини группы для выполнения определенной работы);

Занятия завершаются итоговым мероприятием, на котором учащиеся демонстрируют умение готовить, сервировать стол и правильно вести себя за столом. Указанный в учебной программе объем учебного времени на изучение данных разделов можно распределять по учебным четвертям или концентрировать в одной из них. При организации обучения, по основным разделам учебной программы, необходимо учитывать как медицинские рекомендации, так и индивидуальные учебно-трудовые возможности учащихся.

Ожидаемые результаты реализации программы «Хозяюшка» представляют собой систему знаний в области кулинарии, сервировки стола и оформления готовых блюд, что, несомненно, является стимулом к самоусовершенствованию и дальнейшим поискам новых кулинарных и творческих решений. Наиболее важным результатом занятий кружка является осознание себя 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 и самосовершенствования. Занятие конкретным делом, творчеством поможет обучающимся чувствовать себя увереннее в жизни.

В результате изучения данной программы, обучающиеся приобретут следующие знания:

- особенности приготовления блюд;
- первичную и тепловую обработку продуктов;
- способы приготовления, подачу и оформление блюд;
- технику безопасной работы;
- санитарно-гигиенические требования;
- правила поведения за столом.

Приобретут умения:

- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда;
- приемы тепловой кулинарной обработки;
- готовить и украшать готовые блюда;
- сервировать стол;
- правильно вести себя за столом;
- готовить изделия из теста;
- соблюдать правила по технике безопасности;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования.

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

Учебно-тематический план кружка «Хозяюшка» (1-ый год обучения)

№	Вид деятельности	Тема занятия.	Кол-во часов	Месяц
1.	теория	Вводное занятие. Беседа о профессии. История возникновения кулинарии. Санитарно – гигиенические требования.	2	сентябрь
2.	теория практика	История появления бутербродов. Приготовление горячих и холодных бутербродов.	2	
3.	теория практика	Беседа о полезных свойствах фруктов и овощей. Приготовление салата из моркови и яблок.	2	
4.	практика	Красивая нарезка на праздничный стол овощей и фруктов. «Карвинг»	2	
5.	теория	Этикет. Правила поведения за столом. Столовые приборы. Сервировка.	2	октябрь
6.	теория	Сервируем стол к завтраку, обеду и ужину.	2	
7.	теория практика	Осенние салаты. Копилка рецептов. Приготовление салата «Винегрет».	2	
8.	практика	Приготовление оладьев из кабачка.	2	
9.	практика	Приготовление салата «Курица с сухариками»	2	
10.	теория	Беседа о крупах. Полезные свойства крупяных изделий.	2	ноябрь
11.	практика	Приготовление манной каши.	2	
12.	практика	Приготовление рисовой каши.	2	
13.	теория	Праздничный стол. Украшение новогоднего стола.	2	декабрь
14.	практика	Рецепты салатов к празднику. Особенности приготовления.	2	
15.	практика	Приготовление салата «Оливье». Соблюдение технологии приготовления.	2	
16.	практика	Приготовление салата «Сельдь под шубой». Оформление в виде рулета.	2	
17.	теория	Беседа о первых блюдах. Польза первых блюд. Запись рецептов супов.	2	

18.	практика	Приготовление первого блюда «Щи по-русски»	2	январь
19.	практика	Приготовление первого блюда «Рассольник»	2	
20.	практика	Приготовление первого блюда «Суп куриный с вермишелью»	2	февраль
21.	практика	Приготовление салата «Изумрудный»	2	
22.	теория	Приготовление первого блюда «Суп харчо»	2	
23.	практика	Приготовление первого блюда «Суп с гренками»	2	
24.	практика	Приготовление первого блюда «Суп сырный»	2	март
25.	практика	Приготовление национального блюда «Сырники»	2	
26.	практика	Полезные свойства свеклы. Приготовление салата из свеклы.	2	
27.	практика	Масленица. Рецепты блинов.	2	
28.	практика	Приготовление национального русского блюда «Блины»	2	апрель
29.	теория	Разнообразие быстрой, вкусной и нарядной закуски «Горячие бутерброды»	2	
30.	практика	Приготовление закуски «Горячие бутерброды»	2	
31.	практика	Итоговое занятие «Праздничный стол».	2	
32.	теория	Экскурсия на Тавдинский хлебозавод или Булочную.	2	май
33.	практика	Сервировка стола к празднику. Праздничное чаепитие.	2	
34.	теория	Итоговое занятие. Тест.	2	
			Итого: 68 часов	

Содержание курса первого года обучения

Вводное занятие.

Цели и задачи курса. История кулинарии. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены.

Бутерброды.

Познакомить учащихся с историей бутербродов, технологией приготовления и оформления бутербродов; ознакомить с питательной ценностью хлеба; формировать умение и навыки работы с ножом при нарезке продуктов; развивать навыки по оформлению готовых блюд; развивать навыки общения и работы в коллективе, культуры поведения за столом.

Овощи и фрукты в нашем питании

Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли и др.). Распределение овощей и фруктов по группам содержания витаминов. Правильное хранение овощей и фруктов, умение применять свои знания и навыки на практике, в жизни, быту, в семье.

Этикет.

Освоение правил поведения и обслуживания.

Упражнение: «Благодарность за угощение».

Игра: «Этикет».

Искусство украшения стола.

Знакомство с ассортиментом и характеристикой посуды и приборов. Техника работы со скатертями и салфетками.

Практические занятия: сервировка стола.

Упражнение: моя помощница салфетка.

Салаты.

Технология приготовления салатов из свежих овощей. Первичная обработка овощей. Нарезка овощей. Разнообразие заправок для салатов. Правильное и красивое оформление блюд. Подача салатов.

Злаки.

Щедрые зерновые. Разнообразие зерновых культур. Рис, гречка, кукуруза, овес, просо, сорго, рожь, пшеница. Особенности приготовления. Их значение для человека. От зерна к муке. Различные виды теста.

Сервировка праздничного стола

Рецепты праздничных блюд. Оригинальное оформление. Сервировка стола. Правила приема гостей. Умение пользоваться столовыми приборами.

Горячие блюда.

Отличительная характеристика супов. Значение первых блюд в питании человека. Классификация супов по способу приготовления. Заправочные супы: основные правила варки. Пюреобразные супы, Молочные супы. Бульоны. Подача и хранение супов.

Изделия из творога.

Из чего делают творог? Чем полезен творог для организма человека? Приготовление несложных блюд из творога.

Изделия из теста.

Качество муки необходимое для приготовления изделий из муки. Виды изделий из теста. Тесто для блинов и оладий.

Горячие бутерброды.

Разнообразие быстрой, вкусной и нарядной закуски «Горячие бутерброды». Формировать умение и навыки работы с ножом при нарезке продуктов; развивать навыки по оформлению готовых блюд; развивать навыки общения и работы в коллективе, культуры поведения за столом.

Учебно – тематический план кружка «Хозяюшка» (2-ой год обучения)

№	Вид деятельности	Тема занятия.	Кол-во часов	Месяц
1	теория	Вводный урок. Расписание занятий. Правила техники безопасности и санитарии.	2	сентябрь
2	теория	Первые блюда. Технология приготовления «Сырного супа».	2	
3	теория/ практика	Технология приготовления «Супа – пюре с гречками»	2	
4	теория/ практика	Технология приготовления «Супа – из консервы»	2	
5	теория	Тесто. Виды теста. Изделия из различных видов теста.		
6	теория/ практика	Технология приготовления печенья. Печенье «Ушки из готового слоеного теста.	2	октябрь
7.	практика	Технология приготовления песочного печенья с вареньем	2	
8.	практика	Технология приготовления сосисок в тесте.	2	
9.	практика	Технология приготовления булочек с	2	

		творогом.		
10.	теория	Способы приготовления теста для блинов и оладий. Беседа.	2	ноябрь
11.	практика	Технология приготовления блинов	2	
12.	теория/ практика	Технология приготовления оладий на дрожжах. Выпечка оладий.	2	
13.	теория	История чая и традиции чайных церемоний. Заваривание разных видов чая. Чаепитие.	2	декабрь
14.	теория	Семейные традиции: любимое блюдо-рецепт (рассказ, фото или рисунок)	2	
15.	теория	Правила приема гостей. Правила этикета. Беседа.	2	
16.	теория/ практика	Технология приготовления блюда на обед «Макароны с фаршем»	2	
17.	теория	«Наше здоровье в наших руках»- беседа	2	январь
18.	Теория	Оформление альбома кружка «Хозяюшка»	2	
19.	теория	Технология приготовления блюд из картофеля. Оформление рецептов. Приготовление национального блюда «Вареники с картофелем»	2	
20.	теория	«Встречаем гостей» - практическая игра – занятие. Закрепление правил приема гостей.	2	февраль
21.	теория	Семейная экономика. Ведение домашнего хозяйства.	2	
22.	практика	Технология приготовления запеченной картошки с курицей. Развивать умение чистить картофель. Технология обработки мяса.	2	
23.	теория	Викторина по ТБ	2	
24.	теория	Разнообразие блюд украинской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	март
25.	практика	Технология приготовления драников из картофеля.	2	
26.	теория	Технология приготовления блюда «Запеканка картофельная»	2	
27.	теория	Полезные советы хозяйке.	2	апрель
28.	теория практика	Технология приготовления морковных котлет.	2	
29.	теория	Яйца. Питательные свойства. Запись рецептов из яиц.	2	
30.	теория практика	Технология приготовления фаршированных яиц.	2	
31.	практика	Технология приготовления омлета с яблоком и корицей. Приготовление омлета из яиц.	2	май
32.	теория	Кулинарный конкурс «Хозяюшка»	2	
33.	практика	Сервировка стола к празднику. Праздничное чаепитие.	2	
34.	теория	Итоговое занятие. Тест.	2	
			Итого:	68 часов

Содержание курса второго года обучения

Введение

Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования, знакомство с кулинарным делом. Осознание своих интересов, способностей в данном направлении. Что такое правильное питание? Знание о значимости правильного питания в жизни человека.

Первые блюда. Сервировка стола к обеду

Технология приготовления супов. Горячие и холодные супы. Продукты для приготовления супов. Сервировка стола к обеду. Пряности и специи для усиления вкусовых качеств.

Изделия из теста.

Качество муки необходимое для приготовления изделий из муки. Виды разрыхлителей теста. Ароматизирующие добавки, улучшающие вкусовые качества изделий. Особенности приготовления дрожжевого теста опарным и безопарным способами. Виды изделий из дрожжевого теста. Сдобное и песочное тесто. Слоеное тесто. Песочное тесто. Заварное тесто Бисквитное тесто. Тесто для блинов и оладий.

Правила поведения за столом, в гостях, прием гостей

Понимание ситуативных и этикетных норм бесконфликтного общения. Воспитание самооценки личности, позволяющие адаптироваться в обществе. Нормы и правила этики. Осознание личностью своей неповторимости. Умение посмотреть на себя со стороны. Воспитание бережного отношения к природе, к окружающей среде, к человеку. Воспитывать ответственность за сохранность своего здоровья и здоровья окружающих. Воспитывать эстетический вкус. Включить инсценирование ситуации приема гостей.

Основы рационального питания. Витамины.

Значение для человека отдельных питательных веществ, потребность в них в зависимости от возраста, профессии, климата, социально-бытовых условий.

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

Овощи в нашем питании

Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли). Распределение овощей по группам содержания витаминов. Правильное хранение овощей, умение применять свои знания и навыки на практике, в жизни, быту, в семье. Овощи в уральской кухне.

Блюда из яиц.

Познакомить учащихся с полезными свойствами яиц куриных и перепелиных, их значением для жизнедеятельности организма; технологией приготовления и оформления блюд из яиц. Познакомить с историей возникновения пасхальных яиц. Познакомить с историей возникновения яиц из мастерской ювелира императорского двора Фаберже.

Учебно – тематический план кружка «Хозяюшка» (3-ий год обучения)

№	Вид деятельности	Тема занятия.	Кол-во часов	Месяц
1.	теория	Вводный урок. Правила ТБ и санитарии	2	сентябрь
2.	теория	«Осень пришла – заготовки на зиму делать пора»	2	
3.	теория	Пищевая ценность овощей. Назначение и правила первичной обработки овощей и фруктов (сортировка, очистка, мойка, нарезка).	2	
4.	теория	Приготовление блюд из сырых овощей.	2	

		Нарезка овощей и фруктов.		
5.	практика	Фруктовый салат «Витаминка»	2	октябрь
6.	практика	Приготовление блюда «Венигрет»	2	
7.	практика	Способы засолки и маринования капусты	2	
8.	теория	Виды бутербродов. Продукты, используемые для приготовления простых бутербродов.	2	
9.	практика	Приготовление бутербродов на завтрак и ужин с различными начинками. Подача их к столу.	2	
10.	практика	Приготовление национальных блюд для «Фестиваля народов России»	2	ноябрь
11.	теория	Проекты учащихся «Хлеб и его значение в питании человека».	2	
12.	практика	Бутерброды. Продукты для их приготовления.	2	
13.	теория	Мясные продукты.	2	декабрь
14.	практика	Обработка мяса и технология приготовления мясных блюд.	2	
15.	теория/ практика	История чая. Чайная церемония.	2	
16.	теория	Фитобар. Полезные чай из трав.	2	
17.	теория	Слоеное тесто. Виды теста.	2	январь
18.	практика	Готовое слоеное тесто. Выпечка печенья «Ушки»	2	
19.	практика	Сдобное тесто для пирогов. Выпечка из сдобного теста.	2	
20.	практика	Песочное тесто. Приготовление теста для печенья.	2	февраль
21.	теория	Технология выпечки блинов по рецептам русской кухни		
22.	практика	Приготовление «Рисовых блинов»	2	
23.	практика	Приготовление «Гречневых блинов»	2	
24.	практика	Приготовление «Кукурузных блинов»	2	
25.	теория	Семейные традиции: любимое блюдо – рецепт (рассказ, фото или рисунок)	2	март
26.	теория	Виды пресного теста. Разнообразие блюд из пресного теста.	2	
27.	практика	Приготовление десертного блюда «Хворост»	2	апрель
28.	практика	Приготовление домашней лапши	2	
29.	теория	Значение молока и молочных продуктов в питании человека. Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Питательная ценность молока. Способы определения качества молока. Сроки хранения молока. Санитарно-гигиенические требования при приготовлении блюд из молока.	2	
30.	практика	Приготовление домашней лапши со сливочным соусом.	2	
31.	теория	«Что возьмем с собой в поход?» Мини	2	

		исследовательский проект о продуктах и их сроках хранения		
32.	практика	«Каждый кусочек в дело» - экономика домашнего хозяйства	2	май
33.	практика	Сервировка стола к празднику. Праздничное чаепитие.	2	
34	теория	Итоговое занятие. Тест.	2	
			Итого: 68 часов	

Содержание курса третьего года обучения

Введение

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. Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования.

Заготовка впрок

Соление, маринование, квашение, сушка, замораживание.

Подготовка сырья для консервирования (сбор, переборка и мойка, бланширование). Участие в конкурсе на лучший рецепт консервирования. Пряности, специи, используемые для консервирования в нашем регионе

Пряности, приправы, различные травы (в том числе лекарственные травы). Сушка и замораживание трав на зиму. Более сложные рецепты консервирования. (С добавлением различных трав, консервы – ассорти).

Овощи в нашем питании

Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли). Распределение овощей по группам содержания витаминов. Правильное хранение овощей, умение применять свои знания и навыки на практике, в жизни, быту, в семье. Овощи в уральской кухне.

Салаты

Разнообразие салатов. Фруктовые и овощные салаты. Заправки для овощных, фруктовых салатов. Учить детей подбирать и сочетать продукты для салатов.

Особенности национальной кухни.

Одним из самых древних занятий человека было приготовление пищи. На протяжении длительного времени у разных народов формировались не только навыки кулинарии, но и привязанности, предпочтения.

Бутерброды.

Познакомить учащихся с технологией приготовления и оформления бутербродов; ознакомить с питательной ценностью хлеба; формировать умение и навыки работы с ножом при нарезке продуктов; развивать навыки по оформлению готовых блюд; развивать навыки общения и работы в коллективе, культуры поведения за столом.

Мясные продукты.

Животные **мясные продукты** питания и их значение для жизнедеятельности организма. Сформировать у учащихся знания по приготовлению блюд из **мяса**. Изучить технологию по приготовлению блюд из **мяса**, их разновидности, подачу.

Напитки.

Русские национальные напитки. Виды горячих напитков (**чай**, кофе, какао, цикорий, горячий шоколад). Особенности приготовления различных видов напитков. Их значение для человека. Сорты **чая**, их вкусовые достоинства, полезные свойства. Влияние эфирных масел, воды на качество напитка. Технология заваривания, подача **чая**.

Изделия из теста.

Качество муки необходимое для приготовления изделий из муки. Виды разрыхлителей теста. Ароматизирующие добавки, улучшающие вкусовые качества изделий. Особенности приготовления дрожжевого теста опарным и безопарным способами. Виды изделий из дрожжевого теста. Сдобное и песочное тесто. Слоеное тесто. Песочное тесто. Заварное тесто Бисквитное тесто. Тесто для блинов и оладий.

Макаронные изделия.

Макаронные изделия в питании человека. Основные факторы формирования качества макаронных изделий. Технология приготовления.

Молочная кухня

Молоко и молочные продукты. Разнообразие блюд, приготовленных из молока. Рецепты (бутерброды, салаты, супы, молочные напитки). «Такое разное молоко». Использование сметаны и творога в кулинарии. Все о сыре (приготовление, сорта сыра, популярность сыра в разных странах). Приготовление молочных блюд.

Сервировка стола.

Сервировка и декорирование, а также основные художественные приемы оформления стола. Накрытие стола скатертью, сервировка стола посудой одного стиля и расцветки. Сервировка праздничного стола. Украшение стола – салфетками.

Учебно – тематический план кружка «Хозяюшка» (4-ый год обучения)

№	Вид деятельности	Тема занятия.	Кол-во часов	Месяц
1.	теория	Вводное занятие. Правила техники безопасности и санитарной гигиены в кабинете. История возникновения кулинарии	2	сентябрь
2.	теория	Основы здорового образа жизни. Основы рационального питания (винегрет)	2	
3.	теория	Способы обработки пищевых продуктов (яичница, французский омлет)	2	
4.	теория	Соль и сахар. Заготовка продуктов (компот из сухофруктов).	2	
5.	теория	Витамины (салат «Греческий»). Минеральные вещества и здоровье (салат из свёклы с чесноком и грецким орехом).	2	октябрь
6.	практика	Холодные блюда и закуски. Салат «Таёжный»	2	
7.	практика	Холодные блюда и закуски. Сельдь под шубой в рулете	2	
8.	практика	Холодные блюда и закуски. Бутерброды к празднику	2	
9.	практика	Холодные блюда и закуски. Салат «Цезарь»	2	
10.	практика	Первые блюда. Харчо вегетарианский	2	ноябрь
11.	практика	Первые блюда. Вегетарианский борщ	2	
12.	практика	Первые блюда. Окрошка	2	
13.	практика	Овощные гарниры и изделия из круп. Овощное рагу	2	
14.	практика	Овощные гарниры и изделия из круп. Гречневая каша (рассыпчатая) с грибами	2	декабрь
15.	практика	Овощные гарниры и изделия из круп. Картофельные оладьи, котлеты капустные	2	
16.	практика	Изделия из мяса. Фаршированные сосиски	2	

17.	практика	Изделия из мяса. Пицца с вкусным краешком	2	
18.	практика	Изделия из мяса. Печеночные оладушки	2	январь
19.	практика	Рыбные блюда. Салат «Мимоза»	2	
20.	практика	Рыбные блюда. Пирог с картофелем и рыбной консервой	2	
21.	практика	Рыбные блюда. Роллы	2	февраль
22.	практика	Изделия из яиц и творога. Деревенская яичница с картофелем	2	
23.	практика	Изделия из яиц и творога. Творожное печенье «Поцелуйчики»	2	
24.	практика	Изделия из яиц и творога. Быстрый заливной пирог с зелёным луком и яйцом	2	
25.	практика	Изделия из яиц и творога. Королевская ватрушка	2	март
26.	практика	Изделия из теста. Хворост	2	
27.	практика	Изделия из теста. Шарлотка	2	
28.	практика	Изделия из теста. Печенье с предсказаниями	2	апрель
29.	практика	Изделия из теста. Чебуреки с картошкой и сыром	2	
30.	практика	Изделия из теста. Торт «Радуга»	2	
31.	практика	Изделия из теста. Эклеры	2	
32.	практика	Изделия из теста. Круассаны	2	май
33.	практика	Сладкие блюда. Желе «Разбитое стекло»	2	
34.	практика	Итоговое занятие. Тест.	2	
			Итого: 68 часов	

Содержание курса четвертого года обучения

Введение

Ознакомление учащихся с правилами техники безопасности при проведении кулинарных работ, физиологией питания, этикетом за столом, сервировкой стола, основными профессиями пищевой промышленности. Общими сведениями о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ.

Холодные блюда и закуски предусматривает ознакомление учащихся с видами холодных блюд, способами их приготовления. Оформление и подачи на стол. Видами бутербродов. Технологией приготовления. Подача готовых блюд. Требования к качеству готовых блюд. Условия и сроки хранения.

Первые блюда

Предусматривает ознакомление учащихся с приготовлением первых блюд. Знакомство с технологией приготовления супов. Подача готовых блюд. Требования к качеству готовых блюд. Условия и сроки хранения.

Овощные гарниры и изделия из круп

Предусматривает ознакомление учащихся со способами хранения овощей и круп, определение доброкачественности по внешнему виду. Правила первичной обработки и особенностями обработки овощей и круп. Технологией приготовления блюд из овощей и круп. Требованиям к качеству и оформлению готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Изделия из мяса

Ознакомление учащихся с видами домашней птицы и животных. Блюдами из птицы и мяса. Определение качества птицы и мяса. Первичная обработка птицы и мяса. Видами тепловой обработки, применяемые при приготовлении блюд из птицы и мяса. Разделка птицы и мяса для приготовления блюд и украшение перед подачей к столу. Время

приготовления и способы определения готовности кулинарных блюд. Оформление готовых блюд при подаче к столу. Условиям и срокам хранения.

Рыбные блюда

Ознакомление с видами рыб: морская и речная. Пищевая ценность рыбы. Условия и сроки хранения живой, мороженой, копченой, вяленой, соленой рыбы и рыбных консервов. Методы определения качества рыбы. Блюда из рыбы. Технологией приготовления. Требованиям к качеству готовых блюд. Оформление готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Изделия из яиц и творог

Ознакомление учащихся со значением яиц и творога в питании человека. Использование в кулинарии. Меры предосторожности при работе с яйцами и творогом. Технологией приготовления блюд из яиц и творога. Требованиям к качеству готовых блюд. Подача готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Изделия из теста

Ознакомление учащихся с видами теста. Рецептурой и технологией приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий. Видами начинок и украшений для изделий из теста. Технологией приготовления. Требованиям к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Сладкие блюда

Ознакомление учащихся с продуктами, необходимыми для приготовления муссов и желе. С желирующими веществами. Технология приготовления желе и муссов. Требованиям к качеству готовых блюд. Условиям и срокам хранения.

Учебно – тематический план кружка «Хозяюшка» (5-ый год обучения)

№	Вид деятельности	Тема занятия.	Кол-во часов	Месяц
1.	теория	Вводное занятие. Составление меню.	2	сентябрь
2.	теория	Гигиена приготовления пищи.	2	
3.	теория	Техника безопасности на занятиях.	2	
4.	теория\ практика	Этикет. Правила поведения за столом.	2	
5.	теория\ практика	Сервировка стола.	2	октябрь
6.	теория	Кухня народов мира. Разнообразие национальных блюд	2	
7.	теория	Разнообразие блюд японской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	
8.	практика	Приготовление национального японского блюда «Роллы».	2	
9.	теория	Разнообразие блюд белорусской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	
10.	практика	Приготовление белорусского национального блюда «Драники»	2	ноябрь
11.	теория	Разнообразие блюд татарской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	
12.	практика	Приготовление национального лакомства «Чак-чак»	2	
13.	теория	Разнообразие блюд узбекской и таджикской кухни. Польза и вред	2	
14.	практика	Приготовление национального блюда узбекской кухни «Плов»	2	

15.	теория	Разнообразии блюд восточной кухни. Польза и вред	2	декабрь
16.	практика	Приготовление сладостей из песочного теста «Ёлочка».	2	
17.	теория/ практика	Разнообразии блюд китайской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	январь
18.	теория	Приготовление китайского лакомства «Печенье с предсказаниями».	2	
19.	практика	Разнообразии блюд смешанной кухни. Польза и вред национальных блюд. Приготовление татаро-башкирского блюда «Кыстыбай»	2	
20.	теория	Разнообразии блюд немецкой кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	февраль
21.	практика	Приготовление национального десерта «шарлотка с яблоками»	2	
22.	теория	Разнообразии блюд украинской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	
23.	практика	Приготовление национального блюда «Сырники»	2	
24.	теория	Разнообразии блюд французской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	март
25.	практика	Приготовление национального французского десерта «Эклер»	2	
26.	теория	Разнообразии блюд кавказской кухни. Польза и вред национальных блюд.	2	
27.	практика	Приготовление национального блюда «Шашлык»	2	
28.	теория	Разнообразии блюд русской кухни. Польза и вред национальных блюд	2	апрель
29.	практика	Масленица. Приготовление национального русского блюда «Блины»	2	
30.	практика	Окрашивание Пасхальных яиц в технике «декупаж».	2	
31.	теория	Разнообразии быстрой, вкусной и нарядной закуски «Горячие бутерброды»	2	май
32.	практика	Приготовление быстрой, вкусной и нарядной закуски «Горячие бутерброды»	2	
33.	теория	Экскурсия на Тавдинский хлебозавод	2	
34.	практика	Сервировка стола к празднику. Праздничное чаепитие.	2	
			Итого	68 часов

Содержание курса пятого года обучения

1. Ознакомление учащихся с правилами техники безопасности при проведении кулинарных работ, физиологией питания, этикетом за столом, сервировкой стола, основными профессиями пищевой промышленности. Общими сведениями о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ.
2. Национальная кулинария как часть национальной кухни.

3. Разнообразие блюд японской, белорусской, татарской, узбекской, таджикской, китайской, татаро-башкирской, немецкой, украинской, французской, кавказской, русской и кухни восточных народов.
4. Процесс формирования национальных блюд под влиянием различных факторов.
5. Современные тенденции развития национальных блюд.
6. Характерные черты и особенности национальной кухни.
7. Польза и вред национальных блюд.
8. Приготовление национальных блюд.

Материально – техническое обеспечение реализации программы «Хозяюшка»

В МАОУ-СОШ № 2 имеется учебный кабинет для проведения занятий по программе «Хозяюшка».

Учебная зона кабинета укомплектована необходимым кухонным оборудованием, количеством мебели для учащихся - столы, стулья, разделочные столы, электрическая четырех конфорочная плита, холодильник, кухонный инвентарь (ножи, разделочные доски, ложки, вилки, кухонная и столовая посуда, мойки для посуды и инвентаря, кухонные салфетки, прихватки).

Индивидуально у каждого учащегося имеются: фартук, полотенце для рук, головной убор, для работы на практических занятиях.

Для педагога в учебном кабинете находится письменный стол, компьютер, шкаф для учебной и методической литературы.

Список литературы

1. Бочкова И.А. Кулинария для детей. Кухни народов мира.- М., 2011.
2. Евладова Е., Логинова Л.Г. Дополнительное образование детей. Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М., 2002
3. Зима О.И. Кулинарные рецепты на каждый день. – М.: Ринол классик, 2001.
4. Коньшев В А. Всё о правильном питании. — М., 2001.
5. Левина М. Сервировка праздничного стола. – М., 2012.
6. Руфанова Е . Италия. Кухни народов мира. Слог, 2011.

Интернет-ресурсы

<http://vsemvkusno.ru/>

<http://www.osushi.ru/>

<http://www.gastronom.ru/>

<http://www.gotovim-doma.ru/>