

**ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ
ЦЕНТР СОДЕЙСТВИЯ СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ
«БЕРЕГ НАДЕЖДЫ»**

Принято на заседании
Педагогического совета
ГБУ ЦССВ
«Берег надежды»
Протокол № 4
от «08» 09 2025 г.



«Утверждаю»
Директор ЦССВ
«Берег надежды»
/А.Г.Шпитальский/
«08» 09 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Готовим дома»**

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень программы: ознакомительный
Возраст обучающихся: 14 - 18 лет
Срок реализации: – 1 год

Разработчик программы:
Григорян Ирина Жораевна,
педагог дополнительного образования

г. Москва
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка.....	3
II. Содержание программы.....	7
III. Методическое и организационно-педагогическое обеспечение.....	9
IV. Список Литературы.....	16
V. Приложения.....	18

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы предполагает формирование культуры питания, мотивации сохранения своего здоровья и практического умения воспитанника накормить себя вкусно, полезно и при этом дёшево.

Педагогическая целесообразность.

Дополнительное образование, понимаемое как преподавание различных предметов сверх школьной программы, в сиротском учреждении имеет свои отличительные особенности. Оно включает в себя обучение и воспитание детей, готовящее воспитанника к будущей самостоятельной жизни. Кроме того, очень большое значение приобретает данное образование для детей с задержкой психического развития, как мощный стимул духовного, физического и интеллектуального развития, как инструмент коррекционно-психологического воздействия.

Данная программа предполагает, что ребёнок, лишённый семейного попечения, должен сформировать с помощью педагога личностные качества, такие как: самостоятельность, готовность к самообеспечению на основе труда, коммуникативность, социальную компетентность. Занятия в студии призваны развивать интеллект и духовность ребёнка, способствовать созданию психологического комфорта и содействовать его познавательной активности.

Направленность: социально-гуманитарная.

Цель программы – создание условий для максимально успешной социальной и бытовой адаптации воспитанников к самостоятельной жизни при достижении совершеннолетия за счёт обучения их основам кулинарного дела и эстетики быта.

Задачи программы:

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ

- Обучить пользоваться инструментами, приспособлениями, бытовой техникой, электроплитами с учетом строгого соблюдения правил по безопасности труда.
- Обучить по внешним признакам, различать все виды круп, макаронных изделий, хлеба, овощей и фруктов.
- Сформировать навык составления меню с учетом калорийности продуктов, их полезности, а также их стоимости.
- Обучить правильно, планировать семейный бюджет, расставляя приоритеты в платежах и расходах.

- Сформировать навык организации рабочего места (кухни) согласно этическим, санитарно-гигиеническим и профессиональным нормам.
- Приобщить к сбору интересных рецептов блюд и мучных изделий.
- Обучить необходимым приёмам разных видов этикета.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- Развитие интереса и представлений об окружающем мире и о самом себе.
- Приобщать детей к культуре труда;
- Развитие коммуникативных качеств характера.
- Воспитывать у детей художественный вкус при оформлении блюд и сервировке стола.
- Воспитывать в детях объективное отношение к своей работе в мастерской.
- Формирование у воспитанников готовности к предстоящей самостоятельной жизни.
- Воспитывать ответственность за порученное дело, при этом реализуя в нем свои возможности и способности.
- Воспитывать интерес к знаниям, правилам этикета и манерам поведения.
- Развитие навыков самоорганизации и профессионального самоопределения.

РАЗВИВАЮЩИЕ:

- Развивать познавательно-творческую активность.
- Расширять ассоциативные возможности мышления.
- Развивать эстетические чувства в процессе приготовления пищи.
- Развивать интерес к более глубокому изучению и познанию кулинарного мастерства.
- Развивать интерес к профессиям кулинара, повара.
- Развивать память, внимание, мышление.

Планируемые результаты.

ЗНАТЬ:

- Правила техники безопасности и личной гигиены при работе в мастерской по приготовлению пищи.
- Знания о сбалансированном питании человека и о продуктах, содержащих источники жиров, углеводов, холестерина, витаминов и других элементов.
- Значение организации семейных традиций и роли праздничного стола в семейных торжествах.
- Основы специального и лечебного питания.
- Гигиенические и профессиональные требования к меню, калорийности пищи, нормы и режим питания.

- Правила очередности подачи блюд и напитков за столом.

УМЕТЬ:

- Подобрать для себя и своей семьи продукты и способы их приготовления с учетом содержания в них необходимых веществ, в которых нуждается ваш организм.
- Приготовить и накрыть праздничный стол, предъявить высокие требования к качеству изделий, их оформлению и сервировке стола.
- Рассчитать свой бюджет. Составить для себя потребительскую корзину, которая должна соответствовать правильному и здоровому питанию.

Краткая характеристика целевой группы обучающихся.

Возраст детей, посещающих студию - 14 - 18 лет. Они разделены на несколько групп с учётом их готовности к самостоятельной жизни.

Срок реализации программы и её объём: программа рассчитана на 1 год обучения (72 часа).

Форма обучения - очная.

Режим занятий и особенности организации учебного процесса.

Недельная нагрузка на группу: 1 раз в неделю 2 часа (2*45 ч.) с 10-минутным перерывом.

Формы организации занятий: групповая/мини-группы, коллективная, индивидуальная

Формы занятий: теоретические, практические, беседы, экскурсии, конкурсы, пр.

Обучающиеся разделены на несколько групп с учётом их готовности к самостоятельной жизни. Количество детей в группе - от 5 до 6 человек. В некоторых случаях, учитывая правила по технике безопасности, допускается деление группы на мини-группы.

Если у вновь прибывшего на обучение по программе воспитанника социально - бытовая подготовка не соответствует возрасту, то такого ребёнка направляют в группу, где ему будет комфортно и удобно наверстать упущенное. Старшие ребята, которые на протяжении нескольких лет занимаются в студии, привлекаются по желанию и необходимости, как инструкторы для младших воспитанников.

Форма подведения итогов реализации программы - итоговое тестирование, итоговое задание на приготовление пищи, зачётное занятие, конкурс.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Названия разделов и тем занятий	Количество учебных часов			Форма промежуточного /итогового контроля
		ВСЕГО	теория	практика	
I. Этикет от «А» до «Я» 4 ч.					
1.1.	Шведский стол. Поведение на вечеринках.	2	1	1	контрольные вопросы, практическая работа
1.2.	Поведение за столом.	2	1	1	
II. Кулинария. Культура и эстетика питания и быта 68 ч.					
2.1.	Кулинарные работы.	62	1	61	контрольные вопросы, практическая работа
2.2.	Культура и эстетика питания.	6	1	5	контрольные вопросы, практическая работа
ИТОГО:		72	4	68	
ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ		1			Итоговый зачёт

2.2. Содержание учебно-тематического плана

№ п/п раздела, темы их название	Форма учебного занятия по теме, кол-во часов	Содержание
Раздел 1. Этикет от «А» до «Я» 4 ч.		
1.1.Шведский стол. Поведение на вечеринках – 2 ч..	Теоретическое занятие – 1 ч.	Инструктаж по технике безопасности при работе с посудой.
	практические занятия – 1 ч.	Шведский стол. Поведение на вечеринках.
1.2.Поведение за столом – 2.ч..	Теоретическое занятие – 1 ч.	Культура быта.
	практические занятия – 1 ч.	Что и как едят? Поведение за столом. Дом. Семья.
Раздел 2. Кулинария. Культура и эстетика питания и быта 68 ч.		
2.1.Кулинарные работы –62 ч..	Теоретическое занятие – 1 ч.	Инструктаж по технике безопасности при работе с инструментами и оборудованием для кулинарных работ.
	практические занятия – 61 ч.	Закуски. Их значение в рациональное и здоровое питание. Приготовление закуски из сельди с репчатым луком и заправкой. Приготовление бульонов с гренками и с яйцом. Первые блюда. Приготовление первого блюда на овощном бульоне. Пассированные овощи и их роль во вкусовых качествах блюда. Вторые блюда. Рациональное питание. Использование полуфабрикатов и замороженных овощей в приготовлении вторых блюд.

		Блюда и гарниры из жареных овощей (зразы картофельные, шницель из капусты). Блюда из субпродуктов (печень жареная с луком). Выпечка – дешево и быстро. Шарлотка и разные её наполнители. Компоты. Разные виды сбора компотов с применением замороженных ягод и фруктов. Использование сухофруктов. Рыбные продукты. Приготовление блюд из рыбы (рыбная закуска, первые и вторые блюда). Приготовление гарниров Мясные продукты. Приготовление блюд из мяса (курицы, говядины) Супы, вторые блюда (использование овощей, круп, риса) Организация питания. Приготовление обедов в турпоходе (использование консервов). Изделия из теста. Кефирное тесто (пирожки) – жареные. Сервировка праздничного стола. Приготовление пресного теста (разновидности) и изделий из него, (фарши - мясной, фруктовый, творог) Выпекание блинов. Приготовление торта блинного. Составление меню. Приготовление фруктового десерта. Полуфабрикаты из птицы (котлеты и биточки). Голубцы с мясом и рисом. Картофельная запеканка. Рыба, запечённая с луком. Окрошка мясная Салаты с использованием соленостей и консервированных продуктов («оливье», «селёдка под шубой»). Значение организации семейных праздников - традиций. Приготовление теста для пельменей (начинка для фарша) Тесто для домашней лапши. Приготовление супа. Тесто для блинчиков (сладкие соусы)
2.2. Культура и эстетика питания – 6 ч..	Теоретическое занятие – 1 ч.	Общественное питание, его особенности.
	практические занятия – 5 ч.	Составление меню с учетом гигиенических и профессиональных требований, калорийность пищи, нормы и режим питания. Рациональное питание и бюджет семьи (составление книги доходов и расходов). Составление меню праздника «Мой день рождения». Закупка продуктов. Ролевая игра «Я хозяйка». Праздничный ужин.

III. МЕТОДИЧЕСКОЕ И ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Формы, методы и технологии.

Формы организации занятий: групповая/минигруппы, коллективная, индивидуальная.

Формы занятий: теоретические, практические, беседы, экскурсии, конкурсы, пр.

Практические занятия по кулинарии строятся по принципу «от простого – к сложному», начиная с самых простых блюд, постепенно переходя к приготовлению пищи (включая работу с тестом) большей сложности.

Особое внимание уделяется правилам пользования мастерской, правилам по технике безопасности, санитарно-гигиеническим нормам, культуре труда, взаимоотношениям между собой, умению довести дело до конца, правильно дегустировать приготовленные блюда. Всё это даёт положительный результат в коррекционной работе детьми.

Методы:

Методы обучения: словесные - беседа, монолог, диалог; наглядные - демонстрация иллюстраций, рисунков, открыток, и т.д.; практические - решение творческих заданий, приготовление блюд, сервировка стола и т.д.; репродуктивные - работа по образцу; проблемно-поисковые – приготовление и подача блюд по собственному замыслу, решение творческих задач, индивидуальные - задания в зависимости от достигнутого уровня развития учащегося; игровые.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности: творческие задания, комфортная структура занятия, познавательные и развивающие, имитационные игры, экскурсии, коллективные обсуждения, творческие мастерские и т.д..

Методы воспитания: беседы, соревнование, поощрение, наблюдение, анкетирование, анализ результатов, формирование навыков самоанализа результатов работы.

Выбор метода зависит от содержания занятия, уровня подготовки и опыта воспитанников.

Технологии: дифференцированного и индивидуального подхода, интерактивные технологии (Приложение 2).

Формы контроля.

Входной контроль: выявление у воспитанников (до начала освоения программы) уровня подготовки и имеющихся навыков.

Промежуточный контроль: определение уровня знаний и приобретённых навыков на определённом этапе освоения программы (раздела/темы).

Формы: контрольные вопросы, практические работы/задания.

Итоговый контроль (аттестация): определение уровня знаний и приобретённых навыков по итогам освоения всего содержания программы.

Формы: итоговый зачёт (итоговое тестирование, конкурс, пр.).

Критерии оценки:

- теоретические знания;
- уровень сформированности необходимых навыков (согласно поставленным задачам);
- уровень индивидуального прогресса (развития);
- итоги участия в финальном конкурсе.

Система оценки результатов проводится по трем уровням усвоения материала: «**низкий**», «**средний**», «**высокий**».

Низкий уровень (3 балла):

- Практическая часть: качество выполненной работы не соответствует технологическим требованиям, допущены нарушения санитарно-гигиенических норм или правил техники безопасности. Работа выполнена при помощи педагога. Ориентировка в задании, планирование и анализ работы при помощи педагога.

- Теоретическая часть: в усвоении теоретического материала имеются существенные пробелы. Ответ не самостоятельный, не полный, не последовательный, применялись дополнительные наводящие вопросы. Ошибки в ответах исправляет с помощью педагога.

Средний уровень (4 балла):

Практическая часть: работа выполнена самостоятельно с незначительной помощью педагога в соответствии с технологическими требованиями, без нарушений санитарно-гигиенических норм и требований по технике безопасности. Ориентировка в задании, планирование и анализ работы с незначительной помощью педагога. Уровень сформированности навыков в части:

- сбалансированного питания и продуктов, содержащих источники жиров, углеводов, холестерина, витаминов и других элементов;
- организации семейных традиций и роли праздничного стола в семейных торжествах;
- гигиенических и профессиональных требований к меню, калорийности продуктов, нормам и режиму питания;
- очередности подачи блюд и напитков за столом;
- подбора продуктов и способов их приготовления с учетом содержания в них необходимых веществ, в которых нуждается организм человека;

- приготовления, оформления и сервировки праздничного стола,.
- расчёта своего бюджета/бюджета семьи.

• Теоретическая часть: в представлении знаний по теоретическому материалу допущены незначительные пробелы, ошибки, материал изложен не точно. К обучающемуся применялись дополнительные наводящие вопросы. После чего он исправлял ошибки самостоятельно или с незначительной помощью педагога.

Высокий уровень (5 баллов):

• Практическая часть: качество выполненной работы полностью соответствует технологическим требованиям. Работа выполнена самостоятельно с соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности. Обучающейся самостоятельно или с минимальной помощью педагога ориентируется в задании, планирует и анализирует работу, овладел навыками приготовления блюд и демонстрации мастерства в приготовлении, оформлении и подаче блюд с соблюдением технологии приготовления, рецептуры, температурного и временного режима, последовательности выполнения действий, точности определения степени готовности.

• Теоретическая часть: если теоретический материал усвоен в полном объеме, изложен без существенных ошибок с применением профессиональной терминологии. Ответы даются полные, правильные, последовательные самостоятельные или с минимальной помощью педагога.

Оценочные материалы – Приложение 1.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
I. Этикет от «А» до «Я»								
1.1	сентябрь	по расписанию	по расписанию	теория	1	Шведский стол. Поведение на вечеринках.	ГБУ ЦССВ «Берег надежды» Каб. СБО	Контрольные вопросы. Практическая работа
				практика	1			
1.2	сентябрь	по расписанию	по расписанию	теория	1	Поведение за столом.	ГБУ ЦССВ «Берег надежды» Каб. СБО	Контрольные вопросы. Практическая

		нию	нию	практика	1			работа
II. Кулинария. Культура и эстетика питания и быта.								
2.1 .	сентябрь	по расписа нию	по расписа нию	теория	2	Кулинарные работы.	ГБУ ЦССВ «Берег надежды» Каб. СБО	Контрольные вопросы. Практическая работа
				практика	2			
	октябрь	по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
	ноябрь	по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
	декабрь	по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
	январь	по расписа нию	по расписа нию	практика	2			
		по расписа	по расписа	практика				

		нию	нию		2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
	февраль	по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
	март	по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		апрель	по расписа нию	по расписа нию	теория				2	Кулинарные работы	ГБУ ЦССВ «Берег надежды» Каб. СБО	Контрольные вопросы. Практическая работа
			по расписа нию	по расписа нию	практика				2			
			по расписа нию	по расписа нию	практика				2			
	по расписа нию		по расписа нию	практика	2							
2.1 ·		по расписа нию	по расписа нию	практика	2	Культура и эстетика питания						
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
2.2 ·	май	по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	практика	2							
		по расписа нию	по расписа нию	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ			ГБУ ЦССВ «Берег надежды» Каб. СБО	Итоговый зачёт				

Материально-техническое обеспечение

Реализация программы предполагает наличие учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- доска учебная;
- рабочее место преподавателя;
- столы, стулья на 5-6 воспитанников;

Оборудование учебного кулинарного цеха:

- моечная раковина;
- процессор кухонный
- набор ножей для овощерезки;
- рыбчистка;
- мясорубка;
- блендер;
- холодильник;
- жарочный шкаф;
- миксер;
- электроплита.

Оснащение рабочих мест и учебного кулинарного цеха:

- рабочий стол;
- весы настольные;
- разделочные доски;
- ножи поварской тройки;
- щипцы универсальные;
- лопатка;
- веселка;
- венчик;
- ложки;
- мусат для точки и правки ножей;
- сито;
- шумовка;
- ножи для удаления глазков;
- помойной очистки овощей;
- гастроячейки;
- кастрюли;
- сметанники;
- молоток для отбивания (тяпка).

Оснащение учебного кулинарного кабинета также предусматривает наличие средств аудио визуализации для зоны инструктажа и мест для заполнения технологических карт.

Оборудование и технологическое оснащение рабочих мест практики:

-весо-измерительное оборудование;
-электрическая плита;
-холодильные шкафы;
- инструменты, инвентарь;
-посуда (разделочные доски, ножи поварской тройки; щипцы универсальные; лопатка; веселка; венчик; ложки; шумовка; ножи для удаления глазков, экономной очистки овощей; гастроемкости; кастрюли; сотейники; сковороды; сито.

Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение:

Важной составляющей оснащения кабинета СБО является наличие интерактивных пособий по данной программе. Они универсальны, и могут быть использованы с любыми действующими школьными учебниками. Предлагаемые пособия включают:

- иллюстративный материал;
- наглядные таблицы и схемы;
- методическая копилка;
- интерактивные методы обучения, нацеленные на закрепление пройденного;
- компьютер, средства аудио визуализации, наглядные пособия (натуральные образцы продуктов, плакаты, DVD фильмы, мультимедийные пособия).

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовые акты и документы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
2. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р);
3. «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года и план мероприятий по ее реализации» (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р);
4. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. №298);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. :629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательных программ» (вступил в силу с 01.03.2023 и действует по 28.02.2029);

6. Приказ департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей (в редакции приказа ДОгМ от 24.10.2022 №868);

7. Письмо Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

8. Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации».

Основная литература:

1. Березина В.А. Дополнительное образование детей в России-М.: Диалог культур, 2013. -512 с.

2. Буйлова Л.Н. технология разработки и экспертизы дополнительных общеобразовательных программ и рабочих программ курсов внеурочной деятельности: методическое пособие-М: ГАОУ ВО МИОО, 2015.-155 с.

3. Буйлова, Л. Н. Дополнительное образование. Нормативные документы и материалы / Л.Н. Буйлова, Г.П. Буданова. - М.: Просвещение, 2015. - 320 с.

4. Анфимова Н.А., Татарская Л.Л. «Кулинария», М., Академия 2016.

5. Матюхина З.П., «Основы физиологии питания, гигиены и санитарии», Академия 2016.

6. Поддубская Л. «Этикет от А до Я», Народное образование, 2014.

7. Поддубская Л.Р. «Этикет от А до Я», М.: Народное образование, 2015

8. Ковалев Н.И. Технология приготовления пищи: учебник для сред. спец. учеб. заведений / М.Н., Куткина В.А. Кравцова. – М.: Деловая литература, 2018. - 552 с.

9. Матюхина З.П. Товароведение пищевых продуктов: учебник для нач. проф. образования / З.П.Матюхина. - М.: Академия, 2014. – 336 с., [16] с. цв. ил.

10. Брэгг, Поль 275 рецептов здорового питания для активной жизни - М.: Вектор, 2013. - 160 с.;

11. Диетические тайны. Здоровое питание (комплект из 3 книг). - М.: ИГ "Весь", 2014. - 752 с.;

12. Живая, Любава Азбука экологичного питания. Здоровое питание диета - М.: ИГ "Весь", 2014. - 784 с.;

13. ГОСТ Р 53106-2008 Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания. – Введ. 2010 – 01 – 01. – М.: Стандартинформ, 2009. – III, 10 с.

Дополнительная литература:

1. Лебедева, О.Е. Дополнительное образование детей / О.Е. Лебедева. - М.: Книга по Требованию, 2016. - 256 с.

2. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного

образования. - Москва: Школьная Пресса, 2007. - 95 с.

Интернет ресурсы:

1. Павлова Ю.А., Белецкая Е.А. - Роль учреждений дополнительного образования в развитии творческих способностей младших школьников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.scienceforum.ru/2013/117/5304>

2. Пенягина В.И. Роль и место дополнительного образования детей в реализации образовательных стандартов нового поколения // Дополнительное образование детей на базе образовательных учреждений: опыт, проблемы, перспективы: Мат. конф./ Материалы научно-практической конференции 27 апреля 2012 г. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://dopobr.68edu.ru/archives/2388>

Интернет-источники:

<http://fcior.edu.ru/catalog/meta/5/p/page.html>;

<http://www.jur-jur.ru/journals/jur22/index.html>;

<http://www.eda-server.ru/gastronom/>;

<http://www.eda-server.ru/culinary-school/>

V. ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Материал для примерных контрольных вопросов.

1. К пряностям относятся:

- а) перец душистый;
- б) уксус;
- в) укроп;
- г) оливки;
- д) лавровый лист;
- е) соль.

2. Веществами, выполняющими функцию биологических регуляторов жизненных процессов в организме человека, являются

- а) углеводы;
- б) белки;
- в) жиры;
- г) минеральные соли;
- д) витамины.

3. При подготовке к варке предварительно замачивают:

- а) геркулес;
- б) горох;
- в) манка;
- г) пшено;
- д) фасоль.

4. Вставьте пропущенные слова, используя слова для справок.

- а) сибирские _____,
- б) итальянские _____,
- в) украинские _____,
- г) узбекские _____,
- д) белорусские _____.

Слова для справок: колдуны; вареники; пельмени; манты; равиоли.

5. Определите порядок подачи блюд на стол:

- а) супы;
- б) горячие вторые блюда;
- в) горячие и холодные напитки;
- г) закуски;
- д) десерт.

6. Энергетическая ценность продукта измеряется:

- а) граммами;
- б) миллиграммами;
- в) калориями;
- г) процентами.

7. Диетические яйца имеют срок хранения:

- а) не более 7-ми суток;
- б) более 7-ми суток;
- в) не более 3-х суток.

8. При сервировке стола к обеду вилку кладут:

- а) справа от тарелки зубцами вверх;
- б) слева от тарелки зубцами вверх;
- в) справа от тарелки зубцами вниз;
- г) слева от тарелки зубцами вниз;
- д) в специальную укладку.

9. Напишите не менее четырех видов теста.

10. Родиной кофе являются:

- а) Турция;
- б) Монголия;
- в) Эфиопия;
- г) Китай;

д) Япония.

11. Желе и холодец содержат глицерин, который положительно влияет на ...

- а) сердечнососудистую систему;
- б) суставы, поврежденные кости и хрящи;
- в) пищеварительную систему;
- г) нервную систему;
- д) иммунитет.

12. Зачем на праздничный стол иногда ставят маленькие мисочки с водой и ломтиком лимона:

- а) чтобы разбавлять напитки;
- б) чтобы ополоснуть жирные пальцы;
- в) для украшения стола;
- г) чтобы складывать мусор.

13. Срок хранения не заправленного салата в холодильнике:

- а) 6 часов;
- б) 12 часов;
- в) 18 часов;
- г) 24 часа.

14. Мороженое мясо птицы лучше оттаивать:

- а) положив в миску с горячей водой;
- б) на воздухе, при комнатной температуре;
- в) опустив в кастрюлю с кипящей водой.

15. К заправочным супам относится

- а) рассольник;
- б) бульон с гренками;
- в) суп - пюре из шампиньонов;
- г) борщ с пампушками;
- д) бульон с яйцом;
- е) вермишелевый суп с фрикадельками.

16. По способу приготовления бутерброды могут быть:

- а) простые;
- б) сложные;
- в) комбинированные;
- г) слоистые;
- д) одинарные;
- е) закусочные;
- ж) закрытые.

17. Из творога можно приготовить:

- а) вареники;
- б) сырники;
- в) рагу;
- г) запеканку;
- д) тефтели.

18. Какую информацию несет штрихкод?

- а) код страны;
- б) код изготовителя;
- в) код товара;
- г) код товара.

19. Какие этапы механической обработки птицы вы знаете?

- а) оттаивание;
- б) ощипывание;
- в) жарка;
- г) тушение.

20. Какое тесто характеризуется большим содержанием яиц, сахара, масла?

- а) слоеное;
- б) песочное;
- в) бисквитное;
- г) заварное.

21. Кляр – это...

- а) смесь яиц и молока;
- б) рыбный суп;
- в) смесь яиц, муки, молока, специй.

22. Из дрожжевого теста изготавливают:

- а) рулеты;
- б) пельмени;
- в) чебуреки;
- г) беляши;
- д) хлеб.

23. Из пшеницы изготавливают крупу:

- а) манную;
- б) геркулес;
- в) пшеничную;
- г) пшено.

24. Продукты, полученные в результате молочнокислого брожения:

- а) кефир;
- б) творог;

- в) сметана;
- г) кумыс;
- д) сыр;
- е) простокваша.

25. К горячим супам относятся:

- а) окрошка;
- б) борщ;
- в) прозрачный суп с ягодами;
- г) солянка;
- д) молочный.

26. Суп с солеными огурцами и перловой крупой:

- а) харчо;
- б) борщ;
- в) рассольник;
- г) солянка.

27. Найдите и подчеркните в ассортименте кисломолочных продуктов лишнее:

- а) кисломолочные напитки;
- б) сливки;
- в) сметана;
- г) творог.

28. Продукт растительного происхождения:

- а) масло сливочное;
- б) манка;
- в) рыба;
- г) нет правильного ответа.

ОТВЕТЫ:

1. а, в, д
2. д
3. б, д
4. пельмени, равиоли, вареники, манты, колдуны
5. г, а, б, д, в
6. в
7. а
8. б
9. дрожжевое, песочное, слоеное, бисквитное, пресное, заварное
10. б
11. б

- 12. б
- 13. б
- 14. б
- 15. б, д
- 16. а, б, е, ж
- 17. а, б, г
- 18. а, б, в
- 19. а, б
- 20. б
- 21. в
- 22. г, д
- 23. а, в
- 24. б, в, д, е
- 25. б, г, д
- 26. в
- 27. б
- 28. б

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Памятка-фотоальбом

В результате проведения мероприятий по приготовлению блюд возникла необходимость разработать некую форму памятки, в которой воспитанник, став выпускником, сохранит все те рекомендации по вкусному, полезному и экономичному питанию, которые давались ему на занятиях. При этом необходимо было учесть особенности детей, обусловленные как проживанием в интернатном



учреждении в условиях депривации, так и особенностями развития детей с ОВЗ (медленно и неохотно записывают, теряют свои записи, не любят читать и пр.). Также необходимо было учесть и особенности современного подростка (пристрастие к гаджетам, например). Так

родилась идея сделать для каждого воспитанника, участвующего в проекте, фотоальбом-памятку «Я – кулинар!».

На каждом занятии по программе «Экономное и здоровое питание» и на Конкурсе мы делали фотографии детей вместе с изготовленными их руками блюдами. Затем, в конце занятий, мы разработали для каждого воспитанника индивидуальный макет и отдали в печать принтбуки размером 13х18, в которых фотографии размещены вместе с кратким рецептом приготовления данного блюда и ссылкой на видеорецепт из Интернета. Вручим их торжественно!

