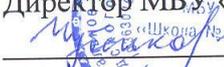


Департамент образования мэрии городского округа Тольятти
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти
«Школа № 46»
Структурное подразделение центр дополнительного образования и профессиональной
подготовки «Мой выбор»

Принята на заседании
методического объединения
от «30» августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ «Школа № 46»

 Л.А. Чубенко

«31» августа 2017 г.

Программа принята к использованию
на основании
решения Педагогического Совета
Протокол № 1 от «30» августа 2017 г.
Приказ № 303 от 31.08.2017 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Я - кулинар»**

Возраст обучающихся: 13- 15 лет

Срок реализации: 2 года

Автор:

Калмыкова Светлана Ивановна

педагог дополнительного образования

г. Тольятти, 2017 г.

Пояснительная записка

Ведение

Вид программы – авторская.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я-кулинар» создана Калмыковой С.И для обеспечения учебно-воспитательного процесса в Структурном подразделении центре дополнительного образования и профессиональной подготовки «Мой выбор» с целью подготовки обучающихся к осознанному выбору будущей профессии дальнейшего образования и профессиональной деятельности.

Содержание предложенной программы позволяет обучающимся получить представление об искусстве кулинарии, как о сфере профессиональной деятельности.

Программа имеет социально-педагогическую направленность и включает образовательные составляющие по овладению азами кулинарного искусства, исследовательской деятельности, основами здорового образа жизни.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – социально-педагогическая.

Новизна, необходимость, педагогическая целесообразность.

Данная программа связана с необходимостью освоения детьми современного подхода к рациональному и здоровому натуральному питанию. Сегодня это – важнейшая составная часть формирования в российском обществе здорового образа жизни.

В настоящее время средствами массовой информации зачастую навязываются стереотипы питания, которые далеко не всегда отвечают критериям здоровой, полезной пищи.

Еда и напитки, предлагаемые различными «фаст-фудами», сладости, и другие продукты, благодаря навязчивой и агрессивной рекламе, не могут не оказывать влияния на подростков. Можно говорить об опасности возникновения у них ещё одного вида зависимого поведения – поведения в сфере питания, при котором усваивается легкомысленное, поверхностное отношение к пище, ориентированное на следование тому, что «модно», «стильно», а не тому, что действительно полезно и необходимо.

Негативные последствия такого поведения для будущей взрослой, в первую очередь, семейной жизни, ни в коем случае нельзя недооценивать.

А также в результате изучения данной программы, обучающиеся получают знания, умения и навыки, которые позволят им адаптироваться в новых социально-экономических условиях, и могут стать первой ступенью в построении профессиональной карьеры.

Актуальность.

В настоящее время развития малого и среднего предпринимательства в сферах общественного питания открываются все новые предприятия общественного питания, что увеличивает спрос на рынке труда рабочих профессий таких как: повар, кондитер, пекарь, что диктует потребность в подготовке данных кадров.

В круг профессий, специальностей, должностей, с которыми знакомятся учащиеся, входят: технолог общественного питания, повар, кондитер, пекарь, официант, бармен.

Интерес к этой профессиональной сфере учащихся велик, потому что каждый учащийся может продемонстрировать свои кулинарные умения и увидеть результат своего труда, - приготовленные блюда и кулинарные изделия.

Учащиеся могут проверить свои способности в области кулинарии, узнать свойства продуктов и правила их хранения, получить знания о технологическом процессе приготовления, правила оформления и подачи блюд и кулинарных изделий.

Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальным в жизни современного человека.

Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания способствует воспитанию физически и нравственно здорового поколения, развитию у обучающихся чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

Культура питания, к разным элементам которой обучающийся приобщается по мере своего развития, оказывает на него комплексное воздействие.

- играет важную социальную роль, содействуя социализации детей и подростков, приобретению опыта хозяйственной деятельности в семье и других коллективах, подготовке к этой важной составляющей части их будущей взрослой жизни.

- способствует обеспечению здоровья ребенка: без здорового, полноценного и разумно организованного питания невозможно добиться гармоничного физического и умственного развития детей.

- содействует развитию нравственных и эстетических качеств детей. Приготовление и потребление пищи исторически являлось составной частью различных обрядов и ритуалов, которые формировали связанные с национальной культурой ориентации и установки, а также способствовали выработке присущего ей понимания красоты и гармонии.

Программа способствует формированию представления о характере осознанного выбора путей получения дальнейшего образования в сфере обслуживания, подготовке к самостоятельной жизни и конкретным видам труда.

Цель программы: является формирование у обучающихся целостного представления о профессиях общественного питания; культуры здорового питания, развитие творческих способностей учащихся.

Задачи программы:

- Познакомить обучающихся с современными профессиями общественного питания путём погружения в профессию, с требованиями к объему и качеству знаний, личным качествам и здоровью человека

- Предоставить учащимся перечень учебных заведений по г.о.Тольятти и области, которые готовят работников общественного питания

- Сориентировать учащихся в выборе профессии для дальнейшего самоопределения;

- Предоставить учащимся возможность реализовать свой интерес в области кулинарии;

- Обеспечить получение практического опыта по приготовлению кулинарных блюд изделий;

- Развивать навыки самоорганизации, самоанализа и самооценки;

- Развить коммуникативные навыки, которые способствуют развитию умений работать в группе.

- Показать значение правильного питания для здоровья человека;

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы

Программа рассчитана на обучающихся 5-9 классов общеобразовательных школ города и направлена на допрофессиональную подготовку по профессиям общественного питания.

На рынке труда профессии общественного питания входят в десятку самых востребованных профессий.

Возраст детей, участвующих в реализации авторской образовательной программы

Рекомендуемый возраст для обучения 12-15 лет.

Сроки реализации авторской образовательной программы.

Программа рассчитана на 2 года обучения по 4 часа в неделю (288 часов учебного времени).

Формы и режим занятий

В настоящей программе отдается предпочтение следующим методам и формам обучения:

Объяснительно-иллюстративный – позволяет стимулировать воспитанников к постоянному пополнению знаний об истории кулинарии, технологии приготовления блюд, с помощью бесед, сюжетно-ролевых занятий или деловых игр, докладов обучающихся, конкурсов и др.

Проблемный - проблемное изложение материала при изучении основ рационального и здорового питания, анализ истории научного изучения проблемы, основанный на выделении

противоречий в различных научных течениях по данной проблеме, анализ перспективных направлений;

Практический – способствует развитию мышления через формирование интеллектуальных умений: обобщение, анализ, синтез, сравнение, моделирование, а также позволяет вовлечь учащихся в практическую деятельность с целью приобретения навыков приготовления блюд разного уровня сложности.

Практическая деятельность учащихся носит творческий характер, способствует приобретению и активному использованию знаний, формированию технологической и кулинарной культуры. Они учатся подбирать продукты для приготовления различных блюд, правильно выбирать способ обработки, красиво оформлять готовые блюда, организации при приготовлении пищи, экономическим расчётам.

Рефлексивный - самостоятельное освоение всей информации, полученной ребёнком на уроках в школе, при общении в семье, из книг и телевизионных передач, экскурсионных поездок по стране;

Групповой - использование бригадного метода как оптимальной формы организации труда, при котором коллективная работа сочетается с индивидуальной;

Деятельностный - введение индивидуальных творческих заданий, самостоятельной работы с литературой, проведение мастер-классов с кулинарами, кондитерами и знатоками русской кухни, участие детей в выставках и конференциях, экскурсиях, а также в других формах проведения занятий.

Процесс обучения строится, опираясь на современные научные знания и понятия о рациональном питании и здоровом образе жизни. На каждом занятии предлагается задуматься о составе и качестве употребляемой пищи и так или иначе приводит к мысли о необходимости здорового питания.

Методика обучения предполагает *увлекательность подачи* и *доступность восприятия* учащимися теоретического материала, находящегося в непосредственной связи с выполнением практического задания, что способствует наиболее эффективному усвоению программы.

При этом в конце каждого занятия виден результат как общей, так и индивидуальной работы, чему способствует проведение дегустаций с подробным обсуждением итогов.

Важным условием для успешного выполнения программы является организация *комфортной творческой атмосферы* в группе, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества между педагогом и обучающимися при решении общих задач.

Программа предусматривает *различные траектории развития личности обучающегося*. После овладения знаниями, умениями и навыками по основным темам учебного плана ребятам предлагается освоить азы исследовательской и проектной деятельности. Учащиеся выполняют учебно-исследовательские проекты, готовят доклады на учрежденческом и городском уровне.

Планируемые результаты освоения программы

Содержание программы «Я – кулинар» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения программы у учащихся формируются общие и специфические умения, способности к познавательной и профессиональной деятельности, умения, направленные на совершенствование (оформления блюд), элементарных умений (отбивание, нарезка, взбивание, маринование и т.д.).

Планируемые результаты освоения программы

По окончании прохождения 1 года обучения учащиеся;

Должны знать:

- об истории кулинарии и истоках профессии.
- о состоянии и перспективах развития отрасли общественное питание на производствах и в предпринимательстве
- об учебных заведениях, предлагающих обучение по профессиям и специальностям в области общественного питания и местах возможного трудоустройства

- о специфике работы повара, кондитера, пекаря, официанта, бармена, технолога общественного питания
 - о правилах поведения с соблюдением норм санитарии и техники безопасности.
 - о соблюдении правильного рациона питания
 - о технологическом цикле и основных способах тепловой обработки, наименование посуды, инвентаря, инструментов, используемых при механической кулинарной обработке сырья и продуктов, их назначение.
 - о пищевой ценности и сохранении витаминов, о механической обработке нарезке овощей, тепловой обработке и правилах хранения.
 - о классификации, технологии приготовления и подачи горячих напитков.
 - о мучных кондитерских изделиях из дрожжевого, песочного, теста; о требованиях к качеству изделий из теста;
 - о разнообразии супов, правила приготовления бульонов. Технологии приготовления и подачи супов.
 - о блюдах и гарнирах из круп, бобовых и макаронных изделий;
 - о блюдах из яиц: значение яиц в питании человека, ассортименте яичных продуктов; о разных способах приготовления яиц
 - о блюдах из творога: пищевой ценности, лечебных свойствах творога; о холодных и горячих блюдах из творога; о требованиях к качеству блюд из творога.
 - о правилах безопасности при эксплуатации механического и теплового оборудования;
- Должны уметь:***
- осуществлять поиск необходимой информации в области кулинарии.
 - выполнять вспомогательные работы: по очистке картофеля, овощей; переборке зелени, мойке овощей и зелени. Первичной обработке круп, макаронных изделий, творога, яиц.
 - варить картофель, овощи, бобовые, макаронные изделия, каши и яйца.
 - готовить жареные блюда из каш, творога и яиц, макаронных изделий.
 - жарить блины и оладьи.
 - выпекать изделия из дрожжевого и песочного теста.
 - готовить блюда с применением простого дрожжевого теста.
 - уметь пользоваться кухонным оборудованием, инвентарём

По окончании прохождения 2 года обучения учащиеся

Должны знать

- о назначении основных, вспомогательных и комбинированных способов тепловой обработки, о технологических правилах их применения.
- о классификации холодных блюд и закусок, бутербродов, салатов, винегретов.
- о пищевой ценности горячих напитков, разнообразии приготовления и подачи.
- о приёмах приготовления бисквитного, заварного теста,
- о ассортименте заправочных, прозрачных, пюре образных супов об особенностях технологии приготовления и подачи к столу.
- о широком ассортименте блюд из каш, и технологии приготовления этих блюд.
- об ассортименте блюд из макаронных изделий, технологии приготовления макаронника, лапшевника с творогом.
- о пищевой ценности, первичной обработке, нарезки мяса и подготовке полуфабрикатов, о технологии приготовления мяса в отварном, жареном и тушёном виде, подборе гарнира и соусов.
- о разнообразии состава и технологии приготовления сладких холодных и горячих блюд, о правилах подачи.
- о назначении лечебного питания; о характеристиках диет, технологии приготовления блюд диетического питания и приёмах тепловой обработки.

Должны уметь:

- определять количество продуктов и выполнять технологические операции по обработке продуктов с соблюдением безопасных приёмов работы
- рационально использовать знания о здоровую пищу
- готовить заправочные супы, блюда из круп, макаронных изделий, холодных блюд;
- использовать натуральные фрукты и ягоды в питании, приготовить сладкие блюда.

Должны иметь представление:

- о профессиях общественного питания;
- о рациональном питании;
- о способах обработки продуктов
- об организации труда при приготовлении пищи, экономического расчёта;
- о современных тенденциях в сфере обслуживания пищевой промышленности

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы по кулинарии являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, обучающимися содержания программы «Я – кулинар» являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту в оформлении блюд, выделять и обосновывать эстетические признаки;
- оценивать правильность приготовления блюд, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами освоения, обучающимися содержания программы по кулинарии, являются следующие умения:

- излагать факты истории развития кулинарии, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой, профессиональной деятельностью;
- представлять технологию приготовления блюд с соблюдением правил здорового питания как средство укрепления здоровья человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

Познавательные

- выделять информацию из текстов заданную в явной форме;
- высказывать рассуждения, обосновывать и доказывать свой выбор, приводя факты;

- проводить анализ собственной деятельности и определять или дополнять последовательность её выполнения под руководством учителя или самостоятельно;
- выделять признаки изучаемых объектов на основе сравнения;
- находить закономерности, устанавливать причинно-следственные связи между реальными объектами и явлениями под руководством учителя или самостоятельно;
- проводить сравнение и классификацию по самостоятельно выбранным критериям;
- проводить аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом

Коммуникативные

- слушать собеседника понимать и/ или принимать его точку зрения;
- находить точки соприкосновения различных мнений;
- Приводить аргументы «за» и «против» под руководством учителя при совместных обсуждениях;
- осуществлять попытку решения конфликтных ситуаций (конфликтов «интересов») при выполнении изделия, предлагать разные способы решения конфликтных ситуаций;
- оценивать высказывания и действия партнера сравнивать их со своими высказываниями и поступками;
- формулировать высказывания, задавать вопросы адекватные ситуации и учебной задачи;
- проявлять инициативу в ситуации общения.

Контроль и диагностика результатов

В ходе реализации данной программы, обучающиеся приобретают знания, умения и навыки на теоретических и закрепляют на практических занятиях. Эти знания выявляются:

- в устных ответах на каждом занятии;
- во время проведения тематических викторин - после прохождения определённой темы:
- обсуждения итогов работы и дегустации приготовленных блюд;
- выступления с докладом и презентацией

Результатом овладения практическим материалом являются *готовые блюда*, которые приготавливаются и дегустируются почти на каждом занятии.

Кроме того, проводятся **конкурсы**:

- **конкурс украшения холодных блюд и закусок**
- **праздники-конкурсы «Масленица», «Дары осени»,** ит.д.

В начале работы по программе проводится стартовый мониторинг знаний обучающихся.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с целью определения уровня творческих способностей на основе полученных знаний, умений и развития навыков. Традиционными формами аттестации являются: тестовые задания, конкурсы, соревнования, викторины, кроссворды и т.д.

Обучающиеся принимают участие в конкурсах и праздниках в качестве жюри и таким образом показывают собственные знания и умения.

В конце учебного года проводится заключительное занятие, на котором учащиеся представляют итоговые работы, проводятся викторины, конкурсы, с обсуждением результатов.

На заключительном занятии проводятся **викторины «Кулинарная энциклопедия»** - в различных формах: в виде «круглого стола», диспута, компьютерных презентаций, выставки, театрализованных уроков, чаепитие с родителями и учителями и др.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№п/п	Темы	теория	практика
1.	Введение. «История искусства кулинарии»	4	
2.	Я б в рабочие пошел-пусть меня научат	2	2
3.	Чистота – залог здоровья	2	2
4.	Тепловая обработка – как способ сохранения питательных веществ	4	
5.	Правильный подбор продуктов	4	4
6.	Овощи – кладезь витаминов	4	8
7.	Овощное разное солье	4	8
8.	Супы – важная часть обеда	4	8
9.	Люблю я макароны	2	6
10.	Яйцо как неотъемлемая часть рациона здорового питания	2	2
11.	Творог – источник кальция	4	8
12.	Живительная влага	4	4
13.	Хлеб на нашем столе	2	2
14.	Блины, оладьи, блинчики – пальчики оближешь	4	8
15.	Исконно русские блюда.	4	8
16.	Любимое печенье	4	8
	Оборудование, которое мы используем.	4	4
18.	Итоговая выставка работ учащихся		4
	Итого	54	90

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Введение. «История искусства кулинарии».

Об истории профессии Творчество повара, кондитера. Как достичь мастерства. Искусство оформления блюд и кулинарных изделий.

Форма занятия: урок-беседа

2. Я б в рабочие пошел-пусть меня научат.

Характеристика и специфика профессии в общественном питании: повар, кондитер, пекарь, официант, технолог общественного питания. Основные трудности в работе. Причины профессиональных заболеваний и травматизма. Требования, предъявляемые к здоровью человека.

Практика: Тестирование на выявление профессиональных интересов к сфере общественного питания

Форма занятия: комбинированный урок

3. Чистота - залог здоровья

Санитарно-гигиенические нормы приготовления блюд. Оборудование кулинарной лаборатории. Уход за кухонной и столовой посудой. Моющие средства, применяемые для посуды. Общие сведения о санитарно-гигиенических требованиях к помещению, гигиене питания, личной гигиене. Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда (халат, фартук, косынка или колпак). Общие правила приёмов труда. Электро и пожарная безопасность.

Значение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ и др.) для организма человека, их содержание в продуктах.

Практика: Оказание первой доврачебной помощи при порезах, ожогах

Форма занятия: комбинированный урок

4. Тепловая обработка – как способ сохранения питательных веществ

Значение механической и тепловой обработки продуктов. Правила ведения тепловой обработки как процесс сохранения питательных веществ. Основные способы: варка, жаренье, тушение, запекание и их разновидности

Форма занятия: комбинированный урок

5. Правильный подбор продуктов

Продукты, которые необходимо использовать для приготовления блюд, определение качества продуктов, подбор блюд, составление меню согласно возрастным особенностям.

Практика: Мини-сочинение «Рацион и режим питания моей семьи».

Форма занятия: комбинированный урок

6. Овощи – кладёшь витаминов

Способы обработки овощей с сохранением витаминов и питательных веществ, и витаминов. Значение нарезки овощей, формы нарезки овощей (простая, сложная), их характеристика. Кулинарное назначение и использование различных форм нарезки при приготовлении блюд.

Практика: нарезка клубнеплодов, корнеплодов, луковых, капустных, листовых, томатных

Форма занятия: комбинированный урок

7. Овощное разносолё

. Значение блюд и гарниров из овощей, их вкусовые, питательные качества. Технология приготовления вареных, жареных, овощей. Изменение содержания питательных веществ в зависимости от кулинарной обработки. Требования к качеству и оформлению блюд. Соусы, используемые с овощами

Практика: приготовление картофеля отварного, жаренного, котлет картофельных, капустных, морковных, рагу из овощей, баклажанов запечённых под сыром.

Форма занятия: комбинированный урок

8. Супы - важная часть обеда

Основы супов (бульоны, отвары) и их классификация. Значение супов в питании человека. Правила приготовления бульонов. Общие правила варки заправочных супов. Щи из свежей капусты, борщ украинский, рассольник ленинградский. Технология приготовления супов картофельных. Требования к качеству.

Практика: приготовление щей, борщей, картофельных супов, рассольников.

Форма занятия: комбинированный урок

9. Люблю я макароны

Подготовка макаронных изделий. Ассортимент. Способы варки макаронных изделий: сливной и не сливной. Приготовление блюд из макарон с сыром, с творогом. Требования к качеству готовых блюд, и подача

Практика: приготовление отварных макаронных изделий, макаронника, лапшевника.

Форма занятия: комбинированный урок

10. Яйцо как неотъемлемая часть рациона здорового питания

Значение яиц в питании человека. Использование яиц в кулинарии. Варка яиц всмятку, в мешочек, вкрутую, без скорлупы. Технология приготовления блюд из яиц вареных; жареных и запеченных. Подача к столу. Требования к качеству блюд из яиц

Практика: приготовление яичницы – глазуньи, омлета.

Форма занятия: комбинированный урок

11. Творог – источник кальция

Значение творожных блюд в питании человека. Обработка творога. Горячие и холодные блюда из творога (отварные, жареные, запеченные). Технология приготовления блюд из творога, Подача их к столу. Требования к качеству блюд из творога.

Практика: приготовление сырников, вареников ленивых.

Форма занятия: комбинированный урок

12. Живительная влага

Пищевая ценность и классификация напитков. Приготовление компотов из свежих ягод и сухофруктов, киселей, морсов. Правила подготовки и заваривания крахмала. Посуда для подачи. Требования к качеству.

Практика: приготовления и подача компотов, киселя, морса.

Форма занятия: комбинированный урок

13. Хлеб на нашем столе

Значение хлеба в питании человека. Использование и правильное хранение хлеба. Технология приготовления блюд: гренки жареные, яичница с гренками. Практика: приготовление гренков.

Форма занятия: комбинированный урок

14. Блины, оладьи, блинчики – пальчики оближешь

Способы приготовления теста для блинов, оладий, блинчиков. Технология выпечки. Оборудование, посуда и инвентарь для замеса теста и выпечки блинов, оладий, правила подачи.

Практика: приготовление блинов и оладий.

Форма занятия: комбинированный урок

15. Исконно русские блюда

Просеивание муки, основные компоненты теста. Приготовление бездрожжевого теста. Правила подготовки изделий к выпечке, процессы, происходящие при выпечке. Тесто для вареников, лапши, пельменей, Приготовление начинок, формовка изделий. Требования к качеству.

Практика: приготовление пельменей, вареников с картофелем, тесто для суп-лапши домашней.

Форма занятия: комбинированный урок

16. Любимое печенье

Соотношение продуктов, входящие в состав песочного теста. Технология приготовления. Классификация готовых изделий. Способы оформления изделий. Требование к качеству готовых изделий из песочного теста.

Практика: приготовление печенья ромашка, минутка, грушевого пирога

Форма занятия: комбинированный урок

17. Оборудование, которое мы используем

Изучение правил эксплуатации и техники безопасности при работе с механическим, тепловым и холодильным оборудованием.

Практика: экскурсия в школьную столовую для ознакомления с оборудованием.

Форма занятия: комбинированный урок

18. Итоговая выставка работ учащихся

Выставка приготовленных блюд учащихся, дегустация, обсуждение итогов

Форма занятий: Смотр-выставка приготовленных кулинарных блюд и изделий

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№п/п	Темы	Теория	Практика
1	Чистота – залог здоровья	2	2
2	Супы – неотъемлемая часть обеда	4	8
3	Салаты и бутерброды	8	8
4	Каша – сила наша	4	8
5	Ешьте рыбу на здоровье.	4	8
6	Мясо – источник белка	8	16
7	Детское лакомство	4	4
8	Любимые горячие десерты	4	8
9	Бодрящие напитки.	2	2
10	Бабушкины пироги	4	8
11	Любимые профитроли	2	2
12	Сладкая сказка	4	8
13	Я вас вылечу едой	2	2

14	Где получить профессию.	4	
15	Итоговая выставка работ учащихся		4
	Итого	52	92

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Чистота – залог здоровья

Общие сведения о гигиене питания, личной гигиене работника, санитарные требования к рабочему месту, помещению. Содержание в чистоте посуды и инвентаря. Одежда повара (халат, фартук, косынка или поварской колпак).

Практика: инструктаж по технике безопасности при работе с ножом, с механическим и тепловым оборудованием.

Форма занятия: комбинированный урок

2. Супы – неотъемлемая часть обеда

Ассортимент и разновидности супов: супы – пюре, прозрачные, холодные. Осветление бульонов (оттяжка). Гарниры к супам. Протирание продуктов и соединение с соусом.

Практика: приготовление прозрачных супов, супов – пюре.

Форма занятия: комбинированный урок

3. Салаты и бутерброды

Значение холодных блюд и закусок питания человека. Подготовка продуктов для холодных блюд. Бутерброды: открытые, закрытые и закусочные. Салаты из сырых и вареных продуктов. Винегреты овощные.

Украшения холодных блюд и закусок. Применение различных приспособлений (кондитерского мешка, шпателей). Подбор посуды для подачи холодных блюд к столу. Условия и сроки хранения. Требования к качеству холодных блюд.

Практика: приготовление бутербродов открытых, закрытых, канапе, горячих, салатов, винегретов.

Форма занятия: комбинированный урок

4. Каша – сила наша

Значение блюд и гарниров из круп в питании человека. Обработка круп. Каши: рассыпчатые, вязкие и жидкие. Процессы, происходящие при варке каш. Приготовление блюд из каш: запеканки, пудинги, крупеника. Требования к качеству готовых изделий.

Степень густоты каш, соотношение крупы и жидкости. Ассортимент блюд из каш. Подача блюд к столу.

Практика: приготовление запеканки рисовой, пудинга, клецек, крупеника.

Форма занятия: комбинированный урок

5. Ешьте рыбу на здоровье.

Значение рыбных блюд для питания. Способы обработки рыбы. Технология приготовления полуфабрикатов из рыбной котлетной массы; подбор оборудования, посуды, инвентаря. Тепловая обработка (жарка, запекание) полуфабрикатов, подбор гарнира и соуса. Нормы выхода, качественные требования к готовым блюдам.

Практика: приготовление рыбы под овощами, рыбы запеченной по-русски, рыбы жаренной основным способом с гарнирами.

Форма занятия: комбинированный урок

6. Мясо – источник белка.

Виды мяса, используемые для приготовления блюд. Определение качества (по консистенции, цвету, запаху). Мясо отварное, жареное, тушёное. Изделия из мяса. Технология приготовления блюд, подбор гарнира (простого или сложного) и соусов. Оформление и подача блюд. Требования к качеству готовых блюд.

Практика: приготовление бефстроганов, гуляша, азу, котлет, зраз с различными гарнирами.

Форма занятия: комбинированный урок

7. Детское лакомство

Значение сладких блюд в питании человека. Классификация сладких блюд по температуре подачи: холодные и горячие. Способы приготовления холодных сладких блюд и способы подачи. Свежие фрукты и ягоды, фруктовые салаты. Выкладка фруктовой тарелки.

Практика: приготовление желе, фруктовых салатов.

Форма занятия: комбинированный урок

8. Любимые горячие десерты

Ассортимент горячих сладких блюд. Технология их приготовления. Подача к столу. Требования к качеству

Практика: приготовление пудинга, каши гурьевской, яблок, запеченных в тесте.

Форма занятия: комбинированный урок

9. Бодрящие напитки.

Правила заваривания и хранения чая. Питательная ценность горячих напитков: чая, кофе, какао, шоколад. Технология приготовления напитков и способы подачи.

Практика: приготовление чая, какао, кофе.

Форма занятия: комбинированный урок

10. Бабушкины пироги

Способы приготовления дрожжевого теста: опарное и безопарное. Технология приготовления. Правила формовки и расстойки изделий, происходящие при выпечке. Ассортимент изделий из дрожжевого теста.

Практика: приготовление пирожков с различными фаршами, круассанов, рулета с маком, ромовой бабы, кулича

Форма занятия: комбинированный урок

11. Любимые профитроли

Сырье, используемое для приготовления заварного теста. Технология приготовления. Ошибки при приготовлении заварного теста и способы их исправления.

Практика: приготовление профитролей, заварных пирожных, вишни в тесте.

Форма занятия: комбинированный урок

12. Сладкая сказка.

Способы приготовления бисквита: основной, маслянный, буше. Рецептура теста. Ассортимент изделий из бисквита (рулеты, пирожное, торты). Кремы и отделочные полуфабрикаты (сироп, помада, глазурь, желе) для оформления кондитерских изделий. Оформление изделий из бисквита. Санитарные требования к приготовлению и хранению кондитерских изделий.

Практика: приготовление бисквитного рулета с кремом, шарлотки, отделочных полуфабрикатов.

Форма занятия: комбинированный урок

13. Я вас вылечу едой.

Диетическое питание. Виды диет. Основные приёмы тепловой обработки, используемые в диетическом питании (варка, припускание, тушение).

Практика: составление меню по различным диетам

Форма занятия: комбинированный урок

14. Где получить профессию

Знакомство со структурой учебных заведений г. о. Тольятти, области, дающих образование в области общественного питания: курсы, училища, колледжи, техникумы, ВУЗЫ.

Особенности профессиональной подготовки в различных учебных заведениях. Перспективы трудоустройства по этим специальностям. Возможности карьерного роста.

Практика: круглый стол «Маршрут профессионального образования».

Форма занятия: деловая игра

15 Итоговая выставка учащихся

Выставка приготовленных блюд учащихся, дегустация, обсуждение итогов

Форма занятий:

Смотр-выставка приготовленных кулинарных блюд и изделий

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровые условия реализации программы

Реализацию данной образовательной программы могут осуществлять педагоги, имеющие высшее и средне-специальное педагогическое образование, обладающие достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности в области кулинарии

Научно-методические условия реализации программы.

1. плакаты «Изделия из теста», «Приготовление первых блюд», «Украшение блюд», «Сервировка стола» и др.
2. - таблица «Примерная потребность подростков в калориях»;
3. - схемы приготовления блюд;
4. - фото и репродукции (разделы «Национальная кухня», «Овощные и фруктовые салаты», «Украшение кондитерских изделий»)
5. - тесты для контроля знаний, умений, навыков;
6. - дидактические карточки для контроля знаний, умений, навыков;
7. - игровой материал;
8. - наглядный иллюстративный материал;
9. - библиотечка «Юного кулинара», учебно-методические пособия, справочники, энциклопедии
10. – инструкционные карты с перечнем необходимых продуктов и порядком приготовления и подачи каждого приготавливаемого на занятии блюда;
11. – инструкционные карты с перечнем необходимых продуктов и порядком приготовления и подачи каждого приготавливаемого на занятии блюда.

Материально-технические условия реализации программы

Занятия учебных групп проводятся в специально оборудованном помещении – кабинет кулинарии.

Кабинет включает в себя два помещения: кулинарную лабораторию и класс для теоретических занятий со столами и стульями.

1. Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, постеров и картинок.
2. Настенная доска с набором приспособлений для крепления картинок.
3. Компьютер.

Помещения отвечают санитарно-гигиеническим требованиям: светлые, с естественным доступом воздуха и вытяжной вентиляцией; соответствуют требованиям пожарной безопасности, наличие огнетушителя.

В лаборатории подведена холодная и горячая вода с кранами и раковинами, электропитание, оснащение электрическими плитами с духовыми шкафами и холодильником, посудой, инструментами и приспособлениями:

- Весы механические и электронные
- Мясорубка
- Комплект кастрюль
- Набор посуды
- Разделочные доски и ножи
- Сковородки
- Столовые приборы

Организационные условия реализации программы

Данная программа предлагает проведение практических работ с делением группы на подгруппы в количестве не более 5-8 человек, следовательно, группа должна быть не более 15 человек.

Для проведения практических работ СП «Мой выбор» имеет специально оборудованную кулинарную лабораторию.

На практических занятиях у учащихся формируются навыки при работе с ножом, с оборудованием, определение ассортимента продуктов, сырья и их качества. В конце практических занятий делается анализ, выявляются ошибки, причины и методы их устранения.

Практические занятия начинаются с инструктажа по технике безопасности. Во время практического занятия все учащиеся обеспечиваются спецодеждой: фартуком и косынкой.

Продукты, учащиеся приобретают самостоятельно из расчета приготовления на количество учащихся в подгруппе.

Обязательное условие проведения занятий – наличие доброкачественных продуктов.

Соблюдается строгое выполнение правил личной гигиены педагога и обучающихся, чистоты помещения и рабочих мест, посуды, обработки продуктов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

1. Аношин А.В. Русское застолье. 2-е изд. – М.: Колос, 1996.
2. Ермакова В.И. Основы кулинарии: Учеб. для 8-11 кл. общеобразоват. учреждений. 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1996.
3. Кенгис Р.П. Домашнее приготовление тортов, пирожных, печенья, пряников, пирогов. 3-е изд. – М.: Легкая и пищевая промышленность, 1981.
4. Ковалев В.М., Могильный Н.П. Русская кухня: традиции и обычаи. – М.: Сов. Россия, 1992.
5. Корячкина С.Я. Новые виды мучных и кондитерских изделий. Труд, 2006.
6. Кузнецова М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.
7. Кулинарные шедевры за 30 минут / Пер. с англ. – ЗАО «Издательский дом Ридерз Дайджест», 2003.
8. Левина М. Сервировка праздничного стола. – М., 2000.
9. Ляховская Л.П. Календарь славянской жизни и трапезы: праздники, обычаи, обряды, кухня. – М.: Изд. дом МСП, 1996.
10. Ляховская Л.П. Русская кухня. – СПб.: Кристалл, 1999.
11. Михайлов В.С. Православная кухня. – М.: КУБК-а, 1996.
12. Молоховец Е. Старая кухня России. – Ростов-н/Д: Кн. изд-во, 1991.
13. Поскребышева Г.И. Новейшая кулинарная энциклопедия. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.
14. Новые санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для учреждения дополнительного образования. – М., 2004
15. Поскребышева Г.И. Энциклопедия домашних заготовок. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.
16. Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Кулинарный словарь. – М.: Центрполиграф, 1996.
17. Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Поваренное искусство и поварские приклады. – М.: Центрполиграф, 1996.
18. Сучкова Е.М., Поскребышева Г.И. Выпечка. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001.
19. «Школа гастронома. Коллекция рецептов». Популярный журнал / Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь».
20. «Школа гастронома». Популярный журнал / Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь».
21. Энциклопедия легкой кулинарии. Поваренная книга. 400 калорий в каждом блюде / Пер. с англ. – ЗАО «Издательский дом Ридерз Дайджест», 2004.
22. Эткер. Выпечка на скорую руку. Красиво, оригинально, вкусно / Пер. с нем. – М.: БММ АО, 2002.

Литература для обучающихся

1. Аношин А.В. Русское застолье. 2-е изд. – М.: Колос, 1996.
2. Ковалев В.М., Могильный Н.П. Русская кухня: традиции и обычаи. – М.: Сов. Россия, 1992.
3. Кузнецова М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.
4. Ляховская Л.П. Русская кухня. – СПб.: Кристалл, 1999.
5. Поскребышева Г.И. Новейшая кулинарная энциклопедия. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.
6. Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. История важнейших пищевых продуктов. – М.: Центрполиграф, 1996.
7. Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Кулинарный словарь. – М.: Центрполиграф, 1996.
8. Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Поваренное искусство и поварские приклады. – М.: Центрполиграф, 1996.
9. «Школа гастронома. Коллекция рецептов». Популярный журнал.
10. «Школа гастронома». Популярный журнал.

11. Эткер. Выпечка на скорую руку. Красиво, оригинально, вкусно / Пер. с нем. – М.: БММ АО, 2002.

Интернет-ресурсы

1. Сайт <http://veget.me>/Интернет-проект «Veget – сборник вегетарианских рецептов»
2. Сайт Гастроном <http://www.gastronom.ru>/Уникальный кулинарный Интернет-ресурс, который затрагивает практически все сферы жизни человека, так или иначе связанные с едой
3. Сайт Детское и диетическое питание <http://www.det-diet.ru/>
4. Сайт Едим дома <http://www.edimdoma.ru>
5. Кулинарный портал <http://www.kuking.net>/Уникальный ресурс, посвященный кулинарии и всему самому интересному, что с ней связано. Это любительский сайт с профессиональным сервисом
6. Сайт Кулинар <http://www.koolinar.ru>
7. Сайт Кулинар – все о еде <http://www.cooking.ru>
8. Кулинарная книга <http://www.culinarbook.ru/index.html> Сборник кулинарных рецептов, коктейлей и напитков, полезная информация о вкусной и здоровой пище. Энциклопедия, книжный магазин.
9. Сайт Кулинарные рецепты <http://chococream.ru/about> Интернет-ресурс представляет собой собрание рецептов различных блюд, салатов, напитков и т.д
10. Сайт Мир кулинара <http://www.mirkulinara.ru/>
11. Кулинарная книга Wikipedia http://ru.wikibooks.org/wiki/Кулинарная_книга

**Диагностический материал
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
социально-педагогической направленности
«Я - кулинар»**

Приложения

1. Приложение № 1 – Примерный перечень критериев и показателей.
2. Приложение № 2 – Статистические показатели детского объединения.
3. Приложение № 3 – Анкеты «Мотивы для занятий в детском объединении» и «Интерес к совместной деятельности».
4. Приложение № 4 Тестовые задания
5. Приложение № 5 – Методика «Психологическая атмосфера в коллективе».
6. Приложение № 6 – Методика «Наши отношения».
7. Приложение № 7 – Анкеты «Удовлетворённость родителей образовательным процессом» и «Удовлетворённость обучающихся образовательным процессом».
8. Приложение № 8 – План мониторинговой деятельности педагога дополнительного образования.
9. Приложение № 9 - Психолого-педагогический мониторинг результатов образовательного процесса Диагностика уровня освоения содержания обучения

Примерный перечень критериев и показателей

Критерий	Показатель
Дети	
Сохранность контингента	<ul style="list-style-type: none"> • уровень устойчивости интереса ребёнка к предмету; • степень комфортности пребывания ребёнка в д/о; • степень сплочённости детского коллектива
Достижения обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> • уровень обученности детей; • уровень активности детей в образовательной деятельности; • степень способности детей к творчеству
Родители	
Количество родителей, участвующих в деятельности детского коллектива	<ul style="list-style-type: none"> • уровень удовлетворённости родителей результатами образования ребёнка; • успешность работы педагога

Статистические показатели детского объединения

Сохранность контингента

Учебный год	Кол-во обучающихся на начало года	Кол-во обучающихся на конец года	% сохранности контингента
2017-2018	кол-во человек	кол-во человек	%

Возрастной и половой состав обучающихся детского объединения

Учебный год	Мальчики	Девочки	12-13 лет	14-15 лет	
2017-2018					

Социальный паспорт детского объединения

« _____ »

2017- 2018 учебный год

Руководитель: _____

Всего обучающихся:

Полнота семьи

Полная	
Лишившиеся одного родителя	
Опекаемые	
Одинокие матери	
Одинокие отцы	
Разведенные родители	

Уровень образования родителей

Высшее	
Неполное высшее	
Среднее специальное	
Среднее	
Другое	

Социальное благополучие семей

Благополучные семьи	
Проблемные семьи	
Неблагополучные семьи	

Социальное положение

Рабочие	
Служащие	
Безработные	
Частные предприниматели	
Инвалиды	
Пенсионеры	

Количество детей в семье

1	
2	
3 и более	

Условия проживания

Благоустроенная квартира	
Снимают квартиру	
Частный дом	
Общежитие	
Снимают комнату	

Уровень здоровья детей

Практически здоровы	
Состоят на д\у или часто болеющие	
Дети-инвалиды	

Дети группы риска

Внутришкольный контроль	
Учет в ОДН	
Судимость	
Склонные к систематическим пропускам уроков или бродяжничеству	
Склонные к употреблению алкоголя	

Дополнительная информация о детях

Дети, проживающие отдельно от родителей	
Одаренные дети	
Дети из малообеспеченных семей	

Анкета «Мотивы для занятий в детском объединении»

Руководитель _____

Детское объединение _____

Возраст обучающихся _____

Количество детей, принявших участие в анкетировании _____

№ п/п	Образовательные потребности и мотивы для занятий	Степень удовлетворённости		
		<i>полностью</i>	<i>частично</i>	<i>нет</i>
1.	Развить свои творческие способности			
2.	Развить свою индивидуальность, неповторимость			
3.	Заниматься с интересным человеком – педагогом			
4.	С пользой провести свободное время			
5.	Получить знания, умения, которые помогут в приобретении будущей профессии			
6.	Повысить свой общекультурный уровень, расширить кругозор			
7.	Найти новых друзей и общаться с ними			
8.	Научиться самостоятельно приобретать новые знания			
9.	Получить умения и знания для решения своих жизненных проблем			
10.	Исправить свои недостатки			
11.	Узнать то, что не изучают в школе			
12.	Участвовать в выставках, конкурсах			
13.	Научиться делать что-то новое, интересное самому (рисовать, лепить)			

Анкета «Интерес к совместной деятельности»

Руководитель _____

Детское объединение _____

Возраст обучающихся _____

Количество детей, принявших участие в анкетировании _____

№ п/п	Что привлекает в деятельности	Степень удовлетворённости		
		полностью	частично	нет
1.	Интересное дело			
2.	Общение с разными людьми			
3.	Помощь товарищам			
4.	Возможность передать свои знания			
5.	Творчество			
6.	Приобретение новых знаний и умений			
7.	Возможность руководить другими			
8.	Участие в делах своего коллектива			
9.	Вероятность заслужить уважение товарищей			
10.	Сделать доброе дело для других			
11.	Выделиться среди других			
12.	Выработать у себя определённые черты характера			

*Тестовые материалы
для входного контрольного опроса обучающихся
на выявление уровня знаний теоретического материала*

Первый год обучения

- 1 Какой напиток является самым распространённым в мире?
А) кофе;
Б) компот;
В) **чай**;
Г) лимонад.
- 2 Какой столовый прибор занимает второе место по распространению в мире?
А) **ложка**;
Б) вилка;
В) палочки для еды;
Г) нож.
- 3 Через сколько минут после опускания в кипящую воду яйцо будет приготовлено всмятку?
А) 1 минуту;
Б) 1 час;
В) **3-3,5 минуты**;
Г) 2 минуты.
- 4 Что такое «кулинария»?
А) **искусство приготовления пищи**;
Б) изобразительное искусство;
В) искусство вязания крючком;
Г) оригами.
- 5 Название какого овоща в русском языке стало служить мерилем простоты?
А) брюква;
Б) свекла;
В) **репа**;
Г) картофель.
- 6 Существует около 1200 рецептов блюд из этого овоща:
А) морковь;
Б) огурец;
В) **картофель**;
Г) редиска.

Второй год обучения

- 1 Какие овощи нужны для приготовления салата из сладкого перца и свежих помидор?
А) картофель;
Б) **сладкий перец**;

В) свекла;
Г) **помидор**.
2 Что является основой для приготовления овощного рагу?

А) **картофель**;
Б) свежая капуста;
В) лук;
Г) морковь;
Д) свекла столовая.

3 Что является основой для приготовления супов?

А) вода;
Б) **бульон**;
В) лимонад;
Г) сок.

4 Без какого овоща нельзя сварить борщ?

А) репа;
Б) **свекла столовая**;
В) баклажаны;
Г) кабачки.

5 Какой овощ называют вторым хлебом на Руси?

А) помидор;
Б) перец;
В) **картофель**;
Г) капуста.

6 Какие продукты используют для приготовления бисквитного теста?

А) вода;
Б) компот;
В) **мука**;
Г) **сахар**
Д) **яйцо**.

Тестовые материалы

*для промежуточного контрольного опроса обучающихся
на выявление уровня знаний теоретического материала*

1 год обучения

1. Доброкачество овощей можно определить по:

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

Ответ :а, б

2. Укажите последовательность этапов первичной обработки овощей:

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

Ответ: б, а, г, в, д

3. Определите правильную последовательность приготовления салатов из свежих овощей:

а) нарезка овощей;

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

Ответ: г, а, б, в

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.

Ответ: 1 – г, 2 – в, 3 – б, 4 – д, 5 - а

5. Определить доброкачественность яиц:

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

Ответ: 1 – в, 2 – а, 3 - б

6. Первичная обработка яиц:

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

Ответ: в

7. Способы варки яиц:

1 - Всмятку	А - 5 минут;
2 - "В мешочек"	Б - 10 минут;
3 - Вкрутую	В - 2 минуты.

Ответ: 1 – в, 2 – а, 3 - б

8. Классификация блюд:

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

Ответ: 1 – г, 2 – б, 3 – а, 4 - в

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

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

Ответ: а, г, д

10. . Укажите правильную последовательность первичной обработки мяса:

- а) промывание
- б) оттаивание;
- в) зачистка;
- г) обмывание;
- д) нарезание.

Ответ: б, г, в, д, а

2 год обучения

1. К минеральным веществам относятся:

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

Ответ: а, б, г

2. К кисломолочным продуктам относятся:

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

Ответ: б, г, ж

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"

Ответ: 1 – г, 2 – а, 3 – б, 4 – в, 5 - д

4. По концентрации густоты каши делят на:

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

Ответ: б, г, е

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

Ответ: 1 – г, 2 – в, 3 – б, 4 - а

6. Макароны при варке засыпают в кастрюлю:

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

Ответ: г

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.

Ответ: в, д, ж, б, г, а, е

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.

Ответ: а, е, з

9. К холодным сладким блюдам относятся:

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

Ответ: а, в, д, ж

10. Желирующим веществом для киселей является:

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

Ответ: б

Тестовые материалы
для итогового контрольного опроса обучающихся
на выявление уровня знаний теоретического материала
1 год обучения.

1. Картофель следует хранить:

- | | |
|-------------------------------------|--|
| а) на свету при температуре +18 С; | г) в темноте при температуре +5 С; |
| б) в темноте при температуре +18 С; | д) в морозильнике при температуре -18 С. |
| в) на свету при температуре +5 С; | |

Ответ: г.

2. В русской кухне под словом гарнир подразумевают:

- | | |
|--|-------------------|
| а) любое дополнение к основному блюду; | в) овощной отвар; |
| б) легкое, освежающее блюдо; | г) грибной отвар. |

Ответ: а.

3. Праздничный стол украшают:

- | | |
|--|--------------------------------|
| а) невысокими букетами в низких вазах; | в) цветами с резким запахом; |
| б) цветами с длинными стеблями в
высоких вазах; | г) гирляндами из живых цветов. |

Ответ: а, г.

4. Для заготовки продуктов применяются:

- | | | |
|-------------|--------------|-----------------|
| а) сушка; | в) копчение; | д) маринование. |
| б) соление; | г) пряжение; | |

Ответ: а, б, в, д.

5. Чтобы не выбрасывать засохший хлеб, из него можно приготовить:

- | | | |
|--------------|---------------|------------------|
| а) сухарики; | в) вафли; | д) хлебную муку. |
| б) пудинг; | г) панировку; | |

Ответ: а, б, г.

6. Варить овощи для салатов и винегретов следует:

- | | |
|------------------|----------------------------------|
| а) очищенными; | в) нарезанными крупными кусками; |
| б) неочищенными; | г) нарезанными мелкими кусками. |

Ответ: б.

7. Бананы - это плоды:

- | | | |
|------------------------------|------------|----------------|
| а) травянистого
растения; | б) дерева; | г) кустарника. |
| | в) пальмы; | |

Ответ: а.

8. Для максимального сохранения в картофеле минеральных солей его:

- | | | |
|------------------|--------------------|---------------------------------|
| а) жарят; | в) варят на пару; | д) запекают в духовом
шкафу. |
| б) варят в воде; | г) варят в кожуре; | |

Ответ: д.

9. Яйца «в мешочек», опущенные в кипяток, варятся:

- | | | |
|---------------|-----------------|-----------------|
| а) 2,5 мин; | в) 8...10 мин; | д) 15...20 мин. |
| б) 4...5 мин; | г) 10...12 мин; | |

Ответ: б.

10. Перед замешиванием теста муку:

- | | |
|-------------------------------------|----------------|
| а) сушат; | г) перебирают; |
| б) проверяют на наличие вредителей; | д) обжаривают. |
| в) просеивают; | |

Ответ: б, в.

11. Консистенция каши, при которой набухшие зерна полностью впитывают в себя жидкость:

- | | | |
|------------|-----------------|-----------|
| а) вязкая; | б) рассыпчатая; | в) жидкая |
|------------|-----------------|-----------|

2 год обучения.

1. По термическому состоянию мясо бывает:

- а) охлажденное;
- б) отварное;
- в) тушеное;
- г) мраморное.

Ответ: а.

2. Стол к праздничному обеду накрывают:

- а) белой скатертью;
- б) белой скатертью с прозрачной клеенкой;
- в) цветной клеенкой;
- г) цветной скатертью;
- д) цветной скатертью с прозрачной клеенкой.

Ответ: а.

3. Прибор для быстрого перемешивания продуктов. Взбивания, приготовления коктейлей называется:

- а) мясорубка;
- б) тостер;
- в) миксер.

Ответ: в.

4. Подмороженный в процессе хранения картофель можно использовать для:

- а) приготовления картофельного пюре;
- б) изготовления этилового спирта;
- в) получения крахмала;
- г) кормления домашних животных;
- д) приготовления картофельного супа.

Ответ: б, в, г.

5. Жесткие черенки листьев и мелкие корешки петрушки можно использовать для:

- а) украшения салата;
- б) кормления домашних животных;
- в) приготовления гигиенического отвара для лица;
- г) вегетативного размножения.

Ответ: б, в.

6. Салат из свежих овощей украшают:

- а) зеленью;
- б) майонезом;
- в) папилютками;
- г) фигурной нарезкой;
- д) искусственными цветами.

Ответ: а, б, г.

7. Укажите порядок первичной обработки овощей:

- а) нарезать;
- б) помыть;
- в) перебрать;
- г) почистить;
- д) промыть.

Ответ: в, б, г, а, д.

8. Из яиц можно приготовить:

- а) яичницу;
- б) омлет;
- в) кулебяку;
- г) гоголь-моголь;
- д) форшмак.

Ответ: а, в, г.

9. Макароны при варке засыпают в кастрюлю:

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

Ответ: г.

10. Кисломолочными продуктами являются:

- а) молоко;
- б) кефир;
- в) творог;
- г) сметана;
- д) мороженое.

Ответ: б, в.

11. Какую крупу не получают из ячменя:

- а) ячневая;
- б) перловая;
- в) манная.

Ответ: в.

12. Основным источником энергии, используемой в процессе мышечной деятельности, являются:

- а) жиры;
- б) белки;
- в) витамины;

г) углеводы; д) минеральные соли.

Ответ: г.

13. Какая маркировка проставлена на разделочной доске для сырых овощей:

а) В. О.; б) С. Р.; в) С. О.

Ответ: в.

14. Какие мероприятия помогут сэкономить воду при мытье посуды?

- а) сортировка посуды на чайную, столовую, кухонную;
- б) использование моющих средств;
- в) последовательное мытье посуды с использованием емкости с горчицей.

Ответ: в.

15. Какой из способов варки используется в лечебном питании:

а) варка основным способом; б) варка в скороварке; в) варка на пару.

Ответ: в.

16. До приготовления каши манную крупу:

а) проверяют на наличие вредителей; б) промывают; в) просеивают; г) сушат; д) перебирают.

Ответ: а.

17. Чтобы смягчить стук приборов и тарелок по столу, под скатерть кладут:

а) тонкий поролон; б) тяжелую мягкую ткань; в) клеенку; г) картон; д) шелковую ткань.

Ответ: б.

18. Время жаренья на плите мелкой или порезанной на куски крупной рыбы составляет:

а) 5 мин; б) 10 мин; в) 15 мин; г) 30 мин; д) 45 мин.

Ответ: в.

19. Крахмал получают из:

а) риса; б) яблок; в) капусты; г) пшеницы; д) картофеля.

Ответ: а, г, д.

20. Для приготовления желе применяются желирующие вещества:

а) крахмал;
б) ваниль;
в) агар-агар;
г) желатин;
д) сахар.

Ответ: в, г

Система оценивания работы

Задание засчитывается только в том случае, если ответ полностью верный (например, если правильных ответов -4, а обведены лишь 3 из них, ответ не засчитывается; ученик за данное задание получает 0 баллов).

Общее число баллов за работу составляет 20 баллов

Если учащийся выполняет работу на 17-20 баллов, то оценка «5».

Если учащийся выполняет работу на 13-16 баллов, то оценка «4».

Если учащийся выполняет работу на 9-12 баллов, то оценка «3».

Если учащийся выполняет работу на 8 и менее баллов, то оценка «2».

Методические рекомендации по проведению контрольной итоговой работы

Тесты включают 20 заданий (необходимо из предложенных вариантов ответов выбрать один или несколько верных ответов).

Время, отводимое на проведение контрольной работы (тестовые задания), не более 1 урока (40 минут).

Перед началом работы необходимо обратить внимание учащихся на следующее:

- как поставлен вопрос;
- правильных ответов может быть один или несколько;
- буквы, обозначающие правильные ответы, нужно обводить кружком;
- задание засчитывается только в том случае, если ответ полностью верный (например, если правильных ответов - 4, а обведены лишь 3 из них, ответ не засчитывается; ученик за данное задание получает 0 баллов);
- за правильный ответ на одно задание присуждается 1 балл;
- возможное максимальное количество баллов за тест – 20 баллов.

Ключи к тестам

№ задания	Правильные ответы	
	I год	II год
1	г	а
2	а	а
3	а г	в
4	а б в д	б в г
5	а б г	б в
6	б	а б г
7	а	в б г а д
8	д	а б г
9	б	г
10	б в	б в
11	б	в
12	а	г
13	а	в
14	а	в
15	а б г е ж	в
16	а в г	а
17	в	б
18	б в г д	в
19	а в г	а г д
20	а б г д е	в г

Методика «Психологическая атмосфера в коллективе»

(подготовлена Л.Г. Жедуновой)

Цель: изучить психологическую атмосферу в коллективе.

Ход проведения. Каждому воспитаннику и педагогу предлагается оценить состояние психологической атмосферы в коллективе по девятибалльной системе.

Оцениваются полярные качества:

9 8 7 6 5 4 3 2 1

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1) Дружелюбие | Враждебность |
| 2) Согласие | Несогласие |
| 3) Удовлетворённость | Неудовлетворённость |
| 4) Увлечённость | Равнодушие |
| 5) Результативность | Нерезультативность |
| 6) Теплота взаимоотношений | Холодность взаимоотношений |
| 7) Сотрудничество | Отсутствие сотрудничества |
| 8) Взаимная поддержка | Недоброжелательность |
| 9) Занимательность | Скука |
| 10) Успешность | Неуспешность |

Чем выше балл, тем выше оценка психологического климата, и наоборот. Анализ результатов предполагает субъективные оценки состояния психологического климата и их сравнение между собой, а также вычисление средней для коллектива оценки атмосферы.

Методика «Наши отношения»

(составлена по книге Л.М. Фридман)

Цель: выявить степень удовлетворённости обучающихся различными сторонами жизни коллектива.

Ход проведения. Обучающемуся предлагается ознакомиться с шестью утверждениями. Нужно записать номер того утверждения, которое больше всего совпадает с его мнением.

Для изучения дружбы, сплочённости или, наоборот, конфликтности:

1. Наш коллектив очень дружный и сплочённый.
 2. Наш коллектив дружный.
 3. В нашем коллективе нет ссор, и конфликтным наш коллектив назвать нельзя.
 4. В нашем коллективе иногда бывают ссоры, но конфликтным наш коллектив назвать нельзя.
 5. Наш коллектив недружный. Часто возникают ссоры.
 6. Наш коллектив очень недружный. Трудно заниматься в таком коллективе.
- Определение состояния взаимопомощи (или её отсутствие):
1. В нашем коллективе принято помогать без напоминания.
 2. В нашем коллективе помощь оказывается только своим друзьям.
 3. В нашем коллективе помогают только тогда, когда об этом просит сам член коллектива.
 4. В нашем коллективе помощь оказывается только тогда, когда требует педагог.
 5. В нашем коллективе не принято помогать друг другу.
 6. В нашем коллективе отказываются помогать друг другу.

Те суждения, которые отмечены большинством обучающихся, свидетельствуют о состоянии взаимоотношений и атмосферы в коллективе. В то же время мнение

конкретного члена коллектива показывает, как он себя ощущает в коллективе.

Приложение 7

Анкета «Удовлетворённость обучающихся образовательным процессом»

Руководитель _____

Детское объединение _____

Возраст обучающихся _____

Количество детей, принявших участие в анкетировании _____

№ п/п	Образовательные потребности и мотивы для занятий	Степень удовлетворённости	
		Да	Нет
1.	Интересно ли тебе на занятиях?		
2.	Активен ли ты на занятиях?		
3.	Всё ли тебе доступно и понятно в процессе обучения?		
4.	Удовлетворён ли ты разнообразием детских объединений Центра?		
5.	Чувствуешь ли ты себя желанным обучающимся на занятиях?		

Анкета «Удовлетворённость родителей образовательным процессом»

Руководитель _____

Детское объединение _____

Возраст обучающихся _____

Количество родителей, принявших участие в анкетировании _____

№ п/п	Образовательные потребности и мотивы для занятий	Степень удовлетворённости	
		Да	Нет
1.	Нравится ли Вам наш Центр?		
2.	Доверяете ли Вы педагогу детского объединения, которое посещает Ваш ребёнок?		
3.	Есть ли единство педагогических требований у Вас и педагогов к Вашему ребёнку?		
4.	Посещаете ли Вы родительские собрания Центра?		
5.	Помогают ли Вам родительские собрания Центра в воспитании Вашего ребёнка?		

Приложение 8

План мониторинговой деятельности педагога дополнительного образования Калмыковой Светланы Ивановны на 2017 – 2018 учебный год

№ п/п	Тема и содержание	Методы	Сроки проведения	Форма представлени я результатов
1.	Организационные мероприятия: - определение цели, задач и объекта мониторинговой деятельности; - подбор критериев и показателей для определения результативности; - создание комплекта (выбор, разработка или адаптация существующих методик) диагностического инструментария; - разработка графика проведения плановых диагностик.	анализ	август	- система критериев и показателей; - пакет технологий отслеживания результатов образовательного процесса; - график.
2.	Определение уровня освоения программного материала: - вводный; - промежуточный; - итоговый контроль	наблюдение тестирование анкетирование выставка	сентябрь январь май	- анкетные бланки; - диагностические карты; - таблицы; - графики;
3.	Сбор статистических данных: - составление социального паспорта д/о - количественные характеристики д/о; - изучение мотивационной сферы обучающихся.	устный (письменный) опрос анкетирование	сентябрь	- социальный паспорт д/о; - таблицы; - анкетные бланки;
4.	Определение уровня воспитанности обучающихся: - заполнение диагностических карт	наблюдение	октябрь апрель	- диагностические карты;
5.	Изучение детского коллектива: - психологическая атмосфера в коллективе; - степень удовлетворённости совместной работой;	наблюдение анкетирование тестирование ранжирование	ноябрь февраль май март	- анкетные бланки; - таблицы;

	- социально-психологическая самооценка коллектива		май октябрь апрель	
6.	Изучение личности обучающегося: - уровень социализированности личности обучающегося; - развитие качеств личности.	наблюдение анкетирование	Сентябрь апрель май	- анкетные бланки; - таблицы;
7.	Изучение степени удовлетворённости образовательным процессом: - обучающихся; - родителей.	анкетирование	май	- анкетные бланки;

**Психолого-педагогический мониторинг результатов образовательного процесса
Диагностика уровня освоения содержания обучения**

Оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого параметра (критерии оценки)	Периодичность измерения, фиксации результатов	Возможные диагностические процедуры, методики
Теоретические знания, предусмотренные программой (по инвариантным и вариативным курсам учебного плана)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям (ожидаемым результатам), осмысленность и правильность использования специальной терминологии.	1 уровень (минимальный)-ребенок овладел менее чем 1/2 объёмам знаний, предусмотренных программой, избегает употреблять специальные термины;	Вводный (первичный) контроль на первых занятиях с целью выявления стартового уровня развития детей	Собеседование и тестирование (1 г. о.) По планам учебных курсов двух годов обучения
		2 уровень (средний)-объём усвоенных знаний составляет более 1/2, употребляя специальную терминологию, ребенок допускает ошибки;	Промежуточный контроль проводится для определения уровня освоения содержания программных курсов	По планам учебных курсов 1-го, 2-го годов обучения
		3 уровень (максимальный) - ребенок освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой за конкретный период, термины употребляются осознанно и правильно	Итоговый контроль проводится по завершению каждого года обучения	По планам учебных курсов 1-го, 2-го годов обучения
Практические умения, предусмотренные программой (по	Соответствие практический умений программным требованиям	1 уровень (минимальный)-ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных	Вводный (первичный) контроль	Собеседование по планам учебных курсов 1-го, 2-го годов обучения

инвариантным и вариативным курсам учебного плана	(ожидаемым результатам) владение специальным оборудованием и оснащением	х умений, испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; 2 уровень (средний)- объём усвоенных умений составляет более, чем 1/2, работает с оборудованием с помощью педагога	Промежуточный контроль	По планам учебных курсов 1-го, 2-го, годов обучения
			Итоговый контроль	По планам учебных курсов 1-го, 2-го годов обучения
2.Опыт освоения творческой деятельности. Творческие навыки	Креативность (уровень творчества при создании изделия)	1 уровень (начальный): ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога, эстетический вкус не развит; 2 уровень (репродуктивный): в основном выполняет задания по аналогии, копируя образцы; 3 уровень	Один раз в год	Анализ выполнены творческий работ

		(творческий)- выполняет практические задания с большой выраженностью творчества, индивидуальнос ти, проявляет эстетический вкус		
Творческая активность	Уровень творчества при подготовке общих мероприятий и участия в них	0 уровень (недопустимы): ребенок не демонстрирует потребности в данной деятельности; 1 уровень (начальный): ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практический задания педагога; 2 уровень (репродуктивны й): в основном выполняет задания по анalogии, копируя образцы; 3 уровень (творческий)- выполняет практические задания с большой выраженностью творчества, привносит свою индивидуальнос ть, новые творческие идеи	Один раз в год	Наблюдение за участием обучающихся в воспитательных, досуговых, конкурсных, массовых мероприятиях
	Участие в творческих проектах по изготовлению новых	0 уровень (недопустимы): ребенок не демонстрирует потребности в	Один раз в год по завершению учебного курса	Анализ результатов участия в выставках, конкурсах

	творческих работ	данной деятельности; 1 уровень (минимальный): участник одного проекта; 2 уровень (средний): автор одного изделия или участник двух-трех блюд. 3 уровень (максимальный): автор трех или более работ		
Творческие достижения	Участие в мероприятиях	Не участвовал Участник Победитель (призер, дипломант, лауреат)	В течении года, согласно плану проводимых мероприятий	Анализ результатов участия в выставках