02-14

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества
муниципального района Мелеузовский район
Республики Башкортостан

Рассмотрено на заседании
методического совета
МБОУ ДО ДДЮТ
Протокол № 1 от 31.08.2017г.

Утверждаю
Директор МБОУ ДО ДДЮТ
_____ Р.Р. Якиев
Приказ № 108 от 31.08.2017г.

Дополнительная общеразвивающая программа художественно-эстетической направленности

«Радушная хозяюшка»

(возраст детей-9-14 лет, срок реализации программы-2 года)

Автор программы:
Войнова В.Б.,
педагог дополнительного
образования МБОУ ДО ДДЮТ МР
Мелеузовский район РБ

2017 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа имеет социально-педагогическую направленность (с элементами художественно-эстетической и культурологической направленностей).

Актуальность и педагогическая целесообразность данной программы связаны 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 основу концепции программы легло представление о том, что процесс социализации ребёнка, его разносторонней подготовки к взрослой жизни, формирования гражданских качеств невозможен без обращения к богатейшему опыту, накопленному в народной культуре.

Народная культура – чрезвычайно объёмное понятие, охватывающее все стороны общественной и личной жизни человека. Хозяйственная деятельность, быт, отдых – все эти стороны жизни русского человека протекали в рамках определённых традиций, воплощавших в себе многовековой опыт десятков поколений.

Естественно, что необходимым фундаментом для формирования и развития всех этих качеств являлось физическое здоровье человека, достичь и сохранить которое, было, в свою очередь, невозможно без рационального и полноценного питания.

От поколения к поколению передавались секреты национальных блюд, рецепты засолок, тонкости пекарского мастерства, умение накрыть стол, принять гостей, отметить праздник.

Это впоследствии помогало юным хозяйкам в самостоятельной жизни. Всего лишь век, а то и меньше назад, невозможно было себе представить выходящую замуж девушку, которая не владела бы десятками, а то и сотнями приёмов кулинарного мастерства.

Сегодня, к сожалению, родителям некогда, а зачастую и нечего передать своим детям в качестве собственных семейных традиций кулинарии. В большинстве городских семей позабыты секреты многих исконно русских блюд, утрачивается традиция совместного с детьми приготовления не только будничных, но даже и праздничных обедов и ужинов, исчезает привычка дружеского общения за столом.

Однако нельзя не учитывать, что культура питания, к разным элементам которой ребенок приобщается по мере своего развития, оказывает на него комплексное воздействие.

Во-первых, культура питания 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.

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

В-третьих, культура питания 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.

Все перечисленные функции находят своё концентрированное выражение в национальном искусстве кулинарии.

Постигая азы кулинарного мастерства, дети будут лучше понимать те или иные стороны национальной традиционной культуры, связанные с питанием, смогут увидеть смысловую глубину и внутреннюю гармонию, которые скрываются за внешне простыми приёмами приготовления и потребления еды, сложившимися в нашей стране.

Таким образом, приобщение детей к кулинарному искусству собственной страны может и должно стать средством комплексного обучающего, воспитательного и здоровьесберегающего воздействия, содействующего приобретению социально значимых знаний, умений и навыков, развитию личностных качеств.

Цель программы – формирование у обучающихся через постижение основ кулинарного искусства устойчивой мотивации к здоровому питанию, основанному на следовании традициям национальной русской кухни.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре;
- сформировать знания по приготовлению основных блюд русской, славянской кухни и кухни некоторых народов мира;
- обучить приёмам художественного оформления блюд и сервировки стола;
- сформировать представление о рациональном и здоровом натуральном питании;
- ознакомить обучающихся с технологией осуществления проектно-исследовательской деятельности в сфере изучения кулинарных традиций.

Развивающие:

- развить интерес к творческому познанию и самовыражению;
- сформировать и поддержать интерес к народному творчеству и культуре в сфере быта;
- способствовать развитию художественного вкуса;
- развить терпение, настойчивость, трудолюбие;
- сформировать навыки работы в коллективе.

Воспитательные:

- расширить трудовой опыт детей, приучить к самообслуживанию;
- осуществить профилактику зависимого поведения.

Новизна программы «Радушная хозяюшка» состоит в том, что она ставит и решает традиционную для подобных программ задачу обучения детей основам кулинарии в широком культурологическом контексте с использованием приёмов художественного творчества и современных здоровьесберегающих технологий.

Эти дополнительные аспекты усиливают социально значимый смысл программы и придают ей особую актуальность как программы, содействующей социальной адаптации подростков.

Возраст детей. Программа рассчитана на детей от 8 до 14 лет.

В возрасте 8-11 лет (первый год обучения) дети уже достаточно осознанно делают выбор предметной сферы для своего дополнительного образования. Они открыты для восприятия нового материала, в большинстве своём имеют высокий уровень обучаемости и познавательной мотивации, легко идут на контакт и готовы к сплочению в дружный коллектив, начинают задумываться о необходимости беречь своё здоровье, интересуются историей и культурой своей страны.

Группа детей второго года обучения, в случае хорошей мотивации, отличается сравнительно высоким уровнем аналитического мышления и критического подхода к себе и окружающим, их психофизические показатели достаточны для участия в учебно-исследовательских экспедициях, подготовки и защиты собственных проектов и участия в конференциях.

Обе возрастные группы объединяет то, что в современных условиях необходима целенаправленная работа по профилактике у детей зависимого поведения и формированию устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Количество обучающихся в группах первого года обучения – 12 чел.

Количество обучающихся на втором году – 10 чел.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 2 года обучения. Общий объём реализации программы – 432 часа, по 216 часов на каждый год обучения. При этом на втором году обучения значительно больше внимания уделяется самостоятельной работе детей, прежде всего – проектно-исследовательской деятельности.

Формы и режим занятий

Занятия учебных групп проводятся 2 раза в неделю по 3 учебных часа с перерывами по 15 минут каждый час. Такой режим обусловлен спецификой работы – приготовлением на занятии тех или иных блюд.

В процессе обучения используются следующие **формы занятий**: комбинированное учебное занятие, праздничное застолье, экскурсия, экспедиция.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Ожидаемые результаты соотнесены с задачами программы, дифференцируются по годам обучения и делятся на три группы:

теоретические знания, практические умения и навыки, личностные качества, развитие которых предполагается в ходе реализации программы.

В результате первого года обучения дети:

– будут знать основы техники безопасности при работе на кухне: работа с колющими и режущими инструментами, мясорубкой, кухонным комбайном и др., нагретыми духовкой и плитой, микроволновой печью, электроприборами;

– будут знать основные традиции русской кухни и их связь с бытовой народной культурой;

– овладеют навыками и умениями приготовления основного набора блюд русской кухни;

– усвоят азы рационального питания и здорового образа жизни;

– научатся рационально организовывать своё рабочее место, аккуратно выполнять работу, красиво оформлять готовые изделия.

У обучающихся будут закреплены и развиты следующие личностные качества:

– терпение, настойчивость, желание добиваться хорошего результата;

– умение работать в коллективе;

– ответственность.

В результате второго года обучения будут сформированы и закреплены следующие знания, умения и навыки:

– знание техники безопасности и личной гигиены при работе с пищевыми продуктами;

– умение приготовить типичные блюда старорусской, славянской и обрядовой кухни;

– знание принципов приготовления некоторых блюд кухонь народов мира;

– знание последних тенденций в диетологии и валеологии;

– умения и навыки ведения исследовательской и проектной работы.

Получат дальнейшее развитие следующие личностные качества:

– отзывчивость, умение помогать друг другу в процессе работы;

– личная потребность в проявлении художественного вкуса;

– интерес к творческому познанию и самовыражению через проектно-исследовательскую деятельность;

– устойчивая мотивация к здоровому питанию и образу жизни;

– умение адекватно реагировать на проявление зависимого поведения среди подростков.

Способы проверки результатов обучения

В соответствии с указанной выше дифференциацией ожидаемых результатов разработана таблица отслеживания образовательных результатов по данной программе (приложение №1).

В таблице помещены основные измеряемые параметры; по краям оценочной шкалы (от 1 до 10 баллов) фиксируются минимальный и максимальный уровни выраженности этих параметров. Отдельной строкой выделяется развитие личностных качеств ребёнка.

Педагог, пользуясь шкалой, определяет у конкретного ребёнка степень освоенности того или иного предметного параметра, а также уровень развития базовых умений и личностных качеств. Среднеарифметический результат по каждому из выделенных в таблице разделов заносится в индивидуальную карту освоения образовательной программы. Заполнение карты осуществляется 2 раза в год – в середине и конце учебного года.

Формы подведения итогов реализации программы

В ходе реализации данной программы обучающиеся приобретают знания, умения и навыки на теоретических и закрепляют на практических частях занятий. Эти знания выявляются в устных ответах на каждом занятии, во время проведения тематических викторин – после прохождения определённой темы.

Результатом овладения практическим материалом являются готовые блюда, которые приготавливаются и дегустируются почти на каждом занятии, а затем проводятся обсуждения итогов работы.

В конце учебного года проводится заключительное занятие с викторинами, конкурсами, обсуждением результатов и награждением победителей. Выдаётся удостоверение об окончании общего курса по данной программе.

В течение второго учебного года обучающиеся принимают участие в конкурсах и праздниках в качестве детского жюри и таким образом показывают собственные знания и умения.

Обучающиеся этого года выполняют проектно-исследовательскую работу и выступают с докладами, презентациями, участвуют в диспутах и конференциях, проводят защиту своих работ.

На заключительном занятии при обеспечении компьютерами возможно проведение викторины «Кулинарная энциклопедия».

При успешном окончании двух лет обучения выдаётся соответствующее свидетельство и при особых успехах – характеристика для поступления в профильное учебное заведение среднего профессионального образования.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Первый год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации
		теория	практика	Всего	
1	**Вводное занятие**	**3**	**-**	**3**	Опрос – анкетирование
2	**Основы здорового питания**	**15**	**30**	**45**	
2.1	Современный подход к организации рационального и здорового питания	3	6	9	Кроссворд
2.2	Обед под микроскопом. Приготовление блюд, богатых витаминами	3	6	9	Игра-викторина
2.3	Закуски да винегреты. Приготовление и оформление. Сервировка стола к завтраку	3	6	9	Сервировка стола к завтраку
2.4	«Здоровье близко, ищи его в миске». Приготовление блюд различной калорийности	3	6	9	Викторина
2.5	Запасы на зиму. Заготовка продуктов впрок.	3	6	9	Фото выставка работ
.3	**Горячие блюда русской кухни**	**24**	**48**	**72**	
3.1	«Без обеда не красна беседа». Первые блюда. Сервировка стола к обеду	3	6	9	Сервировка стола к обеду

3.2	«Здоровье не в пилюле, а в кастрюле». Вторые блюда. Тепловая обработка продуктов	3	6	9	Кроссворд
3.3	«Лесная говядинка наша». Блюда с грибами и дарами леса	3	6	9	Кроссворд
3.4	«Рыба на столе – здоровье в доме». Приготовление рыбных блюд	3	6	9	Брей ринг
3.5	«Щи да каша – пища наша». Блюда из злаков	3	6	9	Кроссворд
3.6	«Картошку все мы уважаем». Блюда из картофеля и других овощей	3	6	9	Викторина
3.7	«Для милого Ванечки пельмени да шанешки». Изделия из простого теста	3	6	9	Викторина
3.8	Пища, приготовленная самой природой. Блюда из яиц и молока	3	6	9	Кроссворд
4	**Русское застолье. Выпечка, сладкие блюда и напитки**	**21**	**51**	**72**	
4.1	История и традиции русского застолья. Выпечка и роспись пряников	3	9	12	Кроссворд
4.2	«Пей чай, не вдавайся в печаль». Сладкая	8	19	27	Выставка блюд

	выпечка из разных видов теста				
4.3	Любимые напитки наших прабабушек. Приготовление напитков	2	4	6	Чаепитие
4.4	«Обряд известный угощенья». Приготовление торта. Сервировка праздничного стола	1	2	3	Сервировка праздничного стола
4.5	Аромат домашних пирогов. Выпечка из дрожжевого теста	7	17	24	Выставка блюд
5	**Конкурсы, праздники**	**12**	**-**	**12**	Портфолио
6	**Экскурсии**	**6**	**-**	**6**	Портфолио
7	**Итоговое занятие**	**6**	**-**	**6**	Портфолио группы
	Итого	**87**	**129**	**216**	

Второй год обучения

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие.
Искусство приготовления пищи как неотъемлемая часть жизни и культуры народа. Знакомство с содержанием и формами работы в учебной группе.
Ознакомление с учебным помещением, техникой и оборудованием, правилами безопасности труда и личной гигиены.

Раздел 2. Основы здорового питания.
Тема 2.1. Современный подход к организации рационального и здорового питания.
Необходимость полноценного питания, соблюдения режима питания и режима дня, здорового образа жизни. Исторически сложившиеся стереотипы и новые тенденции в понимании здорового образа жизни.
Кулинарная обработка продуктов. Виды кулинарной обработки: первичная и вторичная (тепловая). Гигиена хранения и приготовления пищи. Современный научный подход к традиционным приёмам хранения и приготовления пищи. Формы нарезки овощей.
Практические занятия. Первичная обработка продуктов. Начальная стадия подготовки продуктов к хранению и приготовлению. Осуществление нарезки овощей различными видами инструментов. Выполнение украшений из сырых и варёных овощей и зелени.
Тема 2.2. Обед под микроскопом.
Микробы: общие понятия, «полезные» и «вредные» для человека микроорганизмы. Состав пищи. Питательные вещества в продуктах: белки, жиры, углеводы, макро- и микроэлементы, вода, витамины, пищевые волокна.
Практические занятия. Приготовление блюд, богатых витаминами. Блюда из сырых овощей, фруктов, ягод, зелени. Сезонность приготовления различных блюд. Приготовление салата «Витаминный» в двух видах.
Тема 2.3. Закуски да винегреты.
Пищевое и эстетическое значение закусок. Традиции приготовления, оформления и подачи закусок. Сервировка стола к завтраку. Винегреты как один из видов салатов. Бутерброды как вид быстрого питания, варианты «полезных»

бутербродов.
Практические занятия. Приготовление и оформление закусок и винегретов. Выполнение закусок и винегретов из различных продуктов по традиционным рецептам. Оформление и подача на стол. Приготовление бутербродов с сыром, овощами и зеленью. Сервировка стола.

Тема 2.4. «Здоровье близко, ищи его в миске».

Основы здорового образа жизни. Понятие калорийности. Деление продуктов питания на группы по калорийности. Зависимость энергетических затрат от интенсивности труда человека. Порядок составления меню.
Практические занятия. Приготовление блюд различной калорийности. Приготовление и оформление одного или нескольких блюд различной калорийности. Салат-коктейль «Славянский». Составление меню и подсчет калорий.

Тема 2.5. Запасы на зиму.

Способы заготовки продуктов впрок. Традиционные заготовки русской кухни и обряды с ними связанные. Сохранение пищевых достоинств продуктов на длительный срок, без использования консервантов. Современные способы консервирования. Доброкачественность консервов.
Практические занятия. Заготовка продуктов впрок. Консервирование компота с фруктами или ягодами.

Раздел 3. Горячие блюда русской кухни.

Тема 3.1. «Без обеда не красна беседа».

Истоки возникновения жидких питательных (первых) блюд в рационе русского народа. Виды первых блюд, их пищевая ценность. Устаревшие и утраченные, традиционные и современные первые блюда. Новые тенденции в вопросах приготовления и употребления бульонов и супов.
Практические занятия. Первые блюда. Сервировка стола к обеду. Варка бульонов и отваров на различной основе. Приготовление супов, щей, борщей и других жидких питательных блюд с овощами (борщ московский, солянка домашняя или др.). Сервировка стола и последовательность подачи блюд за обедом.

Тема 3.2. «Здоровье не в пилюле, а в кастрюле».

Популярные версии здорового питания, их краткий сравнительный анализ. Здоровье в традиционном народном понимании. Богатые белками продукты и их энергетическое значение. Блюда из мяса, технология их приготовления. Признаки доброкачественности мяса. Разделка мяса. Варианты приготовления и подачи горячих (вторых) блюд из мяса. Способы тепловой обработки продуктов.
Практические занятия. Вторые блюда. Тепловая обработка продуктов. Приготовление одного из блюд русской кухни с использованием нарезанного кусками или рубленого мяса каким-либо способом тепловой обработки (жаркое в горшочках, бефстроганов, котлеты пожарские и др.) Оформление и подача вторых блюд.

Тема 3.3. «Лесная говядинка наша».

Пищевое и питательное значение даров леса. Постный стол. Грибы и орехи как основа постного стола. Съедобные грибы. Многообразие блюд с исполь-

зованием грибов, ягод, орехов. Особенности их приготовления.
Практические занятия. Блюда с грибами и дарами леса. Приготовление постного пирога с грибами. Сладкая выпечка с ягодами и орехами. Блюда постного стола.

Тема 3.4. «Рыба на столе – здоровье в доме».

Значение рыбного стола в русской народной кулинарии. Пищевая ценность рыбы и морепродуктов. Признаки их доброкачественности. Разделка рыбы. Технология приготовления блюд из рыбы.
Практические занятия. Приготовление рыбных блюд. Разделка рыбы. Приготовление рыбного блюда (рыба, запечённая под сметанным соусом или др.). Оформление и подача блюда.

Тема 3.5. «Щи да каша – пища наша».

Повседневные блюда русской кухни. Традиции приготовления блюд из злаков. Общие правила варки каш, сохранение их максимальной полезности. Новые тенденции в приготовлении и употреблении блюд из злаков.
Практические занятия. Блюда из злаков. Приготовление классической каши определённой консистенции или другого блюда из одного или нескольких видов злаков. Оформление и подача на стол.

Тема 3.6. «Картошку все мы уважаем».

Использование традиционных и завезённых огородных культур в русской кухне. «Всякому овощу своё место» и свои блюда. Значение овощных блюд и гарниров в повседневном рационе. Вкусовые и декоративные особенности блюд из овощей.
Практические занятия. Блюда из картофеля и других овощей. Приготовление старинных или современных блюд из овощей каким-либо способом тепловой обработки (суфле картофельное). Изготовление украшений стола из овощей. Оформление и подача овощных блюд и гарниров.

Тема 3.7. «Для милого Ванечки пельмени да шанешки».

Варёные изделия из пресного теста в рационе славянских народов. Традиции приготовления и подачи на стол пельменей в России. Варианты начинок для пельменей. Ближайшие «родственники» пельменей в кухнях других народов.
Практические занятия. Изделия из пресного теста. Приготовление одного или нескольких вариантов изделий из пресного теста (пельмени, вареники или др.). Подача изделий на стол.

Тема 3.8. Пища, приготовленная самой природой.

Пищевая ценность и вкусовые качества молока и молочных продуктов. Ассортимент молочных продуктов. Питательная ценность яиц. Роль и место этих продуктов в повседневном рационе человека. Блюда из молочных продуктов и яиц.
Практические занятия. Блюда из яиц и молока. Приготовление легко усваиваемых питательных блюд из яиц и молока. Оформление и подача на стол (безе, меренги, молочный коктейль).

Раздел 4. Русское застолье. Выпечка, сладкие блюда и напитки.

Тема 4.1. История и традиции русского застолья.

Русские кулинарные традиции как коллективный опыт многих поколений. Обряды и таинства приготовления и приёма пищи в разных областях России. Преемственность поколений в области кулинарного мастерства и пекарского дела. Заимствование лучших кулинарных традиций у других народов. Традиционное сырьё для приготовления пищи (дичь, домашний скот и птица, молочные продукты, яйца, бобовые, злаки, огородные и садовые культуры, дикорастущие грибы, ягоды, орехи, травы). «Профессии» русской печи. Домашяя утварь. «Родословная» обеденной ложки. Характер будничных и праздничных блюд в меню различных сословий. Пиры как одно из важнейших явлений общественной жизни.

Практические занятия. Выпечка и роспись пряников. Приготовление старинных, позабытых или ранее утерянных блюд русской кухни, создание собственных блюд на основе старинных рецептов из современных продуктов и адаптированных к современным вкусам и требованиям кулинарии. Выпечка и роспись русских расписных пряников.

Тема 4.2. «Пей чай, не вдавайся в печаль».

Виды теста. Песочное, бисквитное, заварное, белковое тесто и изделия из них. Особенности приготовления и выпечки изделий из каждого вида теста. Разрыхлители. Кремы, помадки, глазури. Оформление кондитерских изделий. Сервировка стола к чаю. Традиции чаепития на Руси. Виды и правила заваривания чая.

Практические занятия. Сладкая выпечка из разных видов теста. Приготовление ассортимента изделий из песочного, бисквитного, заварного, белкового теста с украшением различными кремами, помадками, глазурями (печенье, пирожные, рулеты, кексы). Заваривание чая. Оформление и сервировка чайного стола.

Тема 4.3. Любимые напитки наших прабабушек.

Традиционные напитки русской кухни и новые полезные безалкогольные напитки. Приготовление, оформление и подача на стол.

Практические занятия. Приготовление напитков. Приготовление традиционных горячих и прохладительных напитков или современных полезных коктейлей.

Тема 4.4. «Обряд известный угощенья».

Праздничный стол. Обрядовые православные и языческие кушанья. Традиционные праздничные угощения русской кухни. Правила этикета за столом. Обычаи, связанные с приходом гостей, подарками и угощениями.

Практические занятия. Приготовление торта. Сервировка праздничного стола. Выпечка, оформление, украшение и подача на стол праздничного торта. Сервировка праздничного стола.

Тема 4.5. Аромат домашних пирогов.

Традиционные русские выпечные изделия. Пресное тесто, пресное рубленое, слоёное на кефире, пресное сдобное, дрожжевое постное, дрожжевое сдобное тесто для пирогов. Начинки. Формование и оформление пирогов. Выпечка. Блинное дрожжевое и бездрожжевое тесто. Обычаи и обряды, связанные с выпечкой блинов и пирогов.

Практические занятия. Выпечка из дрожжевого теста. Опарный и безопарный способ приготовления дрожжевого теста. Приготовление начинок. Изготовление и выпечка изделий из дрожжевого теста (бабушкины плюшки, пирог из рубленого теста, русские блины и др.). Подача на стол.

Раздел 7. Итоговое занятие.

Может проводиться в различных формах: «круглый стол» с обсуждением итогов, викторины и конкурсы, встречи со специалистами, награждение победителей конкурсов и выставок, вручение удостоверений, чаепитие и др.

Второй год обучения

Раздел 1. Вводное занятие.

Приготовление пищи – древнейшее из ремёсел, его связь с культурой нашей страны. Содержание и формы работы в учебной группе на втором году обучения. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены на занятиях.

Раздел 2. Традиционная русская кухня.

Тема 2.1. Старорусская кухня.

Уклад домашней жизни, традиционные кушанья, продукты для их приготовления, связанные с этим обычаи на Руси. «Домострой» – образец хозяйствования в XVI веке. Приём гостей и пиршества, отношение к пьянству на Руси. Старинные домашние обряды и ритуальные кушанья.

Влияние петровских преобразований на русскую кухню. Кухня XVIII и XIX веков, отличительные особенности приёма пищи различными слоями населения России. Традиционное русское хлебосольство.

Практические занятия. Старинные блюда. Приготовление нескольких блюд старорусской кухни (запечённые овощи, гречневые блины, курник или др.). Анализ изменения кулинарных пристрастий от древности до наших дней.

Тема 2.2. Славянская кухня.

Общие черты и различия в кухнях славянских народов. Влияние особенностей географического положения и истории страны на кухню её народа. Взаимосвязь славянской кухни и кухонь стран Европы и Востока. Очаг – основа кулинарных традиций. Культ злаков и хлеба у славянских народов. Наиболее традиционные славянские блюда. Кулинарные традиции советского периода.

Практические занятия. Блюда славянской кухни. Приготовление галушек, клёцек, вареников, драников, вертунов, киселей или других традиционных блюд славянских народов.

Тема 2.3. Обрядовая кухня.

Домашние обряды и праздники в старину и сегодня. Языческие обряды, православные обряды, их влияние на уклад жизни и кухню народа. Родины и крестины, брак, новоселье, смерть и погребение – вехи жизни человека, особенности обрядовых кушаний. Праздничные обряды и блюда, к ним приготавливаемые.

Практические занятия. Обрядовые блюда. Приготовление обрядовых блюд,

связанных с праздничным народным календарём (куличи, «барашки», «тетеры», «жаворонки», «лесенки», «веночки» из теста или др.).

Тема 2.4. Кухня разных областей России.

Отличительные особенности кухни разных областей России. Влияние климатических особенностей на ассортимент блюд, традиционно приготавливаемых в конкретном регионе. Загадки названий различных блюд. Региональные особенности приготовления и подачи на стол блюд разных уголков России (Центральная Россия: Владимирская, Ярославская, Ивановская, Рязанская и др. области; юг Центральной России: Смоленская, Тульская, Воронежская и др. области; Русский Север: Архангельская и Вологодская области; Поволжье; Крайний Север и Дальний Восток).

Практические занятия. Блюда разных уголков России. Приготовление блюд по рецептам, привезённым обучающимися из экспедиций в города и сёла России. Региональные особенности приготовления и подачи на стол различных блюд. Тематические доклады «По следам экспедиций в разные уголки России».

Раздел 3. Кухня народов мира.

Тема 3.1. Европейская кухня.

Причины, обуславливающие кулинарные пристрастия того или иного народа (географическое положение, исторические предпосылки, растительный и животный мир, вероисповедание, устройство очага и т.д.). Истоки зарождения европейской кухни.

Общие черты и отличительные особенности кухни стран Западной Европы. Национальные праздники и праздничные застолья. Особенности сервировки стола и культуры приёма пищи в странах Западной Европы.

Практические занятия. Блюда европейской кухни. Приготовление традиционных блюд: Англии (кексы, пудинги, открытый яблочный пирог или др.); Франции (бриоши, жульен, блинчики под соусом бешамель, луковый суп или др.); Италии (традиционные салаты, лазанья, пицца и фокачча, разотто, различные пасты или др.); Австрии и Германии (штрудель, пироги с мясом, овощное рагу или др.).

Тема 3.2. Кухня народов Кавказа.

Предпосылки, благодаря которым сложилась неповторимая, самобытная культура народов Кавказа. Особенности устройства очага и способов приготовления пищи. Традиционное кавказское гостеприимство. Травы и пряности в кавказской кухне. Долгожительство кавказцев. Традиционный ассортимент блюд.

Практические занятия. Самые известные кавказские блюда. Приготовление некоторых блюд кухни народов Кавказа (суп харчо, соус сациви, лаваш, чахохбили или др.). Особенности сервировки стола.

Тема 3.3. Кухня тюркских народов.

Влияние особенностей жизни и устройства очага в древности на культуру приготовления и приёма пищи. Скотоводство – источник продуктов питания. Исторические предпосылки расселения народов и взаимопроникновение кулинарных традиций. Особенности приготовления и употребления различных

блюд.
Практические занятия. Приготовление национальных блюд народов, относящихся к тюркской группе. Приготовление некоторых национальных горячих блюд (шурпа, азу, плов, манты или др.).

Тема 3.4. Восточная кухня.

Неповторимые черты экзотической кухни Китая, Вьетнама, Кореи и Японии. Традиционный набор продуктов. Загадочная индийская кухня. Ароматы пряностей: «что из чего получают и с чем едят». Ритуал приёма пищи на Востоке. Традиции чаепития, их распространение по миру.
Практические занятия. Приготовление доступных блюд восточной кухни. Приготовление блюд восточной кухни (рис с пряностями, салат с креветками, овощи под соусом карри, восточные сладости или др.). Сервировка стола по-восточному.

Тема 3.5. Кухня американского континента.

Кулинарные предпочтения коренного населения Северной и Южной Америки. Пищевые продукты – «коренные американцы», их влияние на мировую кулинарию. Формирование американской кухни под влиянием переселенцев. Негативные результаты распространения в современной структуре питания населения США «фаст-фуда» и сладких газированных напитков.
Практическая работа. Блюда из Америки. Приготовление различных блюд из картофеля, томатов, сладкого перца, кукурузы и др.

Раздел 4. Искусство высокой кухни.

Законодатели кулинарной моды – французы и англичане. Экзотическая роскошь восточной кухни. «Хорошая кухня – это хорошие продукты». Подбор продуктов для застолья. Современная здоровая кухня и её отношение к строгим диетическим ограничениям и излишествам. Полезное – изысканно и вкусно.
Практические занятия. Шедевры кухни. Приготовление блюда «от Поля Бокюза» или других современных изысканных блюд.

Раздел 5. От здорового питания – к здоровому образу жизни.

Тема 5.1. Принципы диетологии.

Необходимость изучения науки о питании. «Человек есть то, что он ест». Основные принципы диетологии. Десять самых модных диет. Кухня долголетия. «Обжоры и гурманы – разные люди». Фестивали еды и напитков в разных странах мира. Валеология детского и подросткового возраста.

Тема 5.2. Профилактика зависимого поведения.

Понятие и разновидности зависимого поведения. Зависимое поведение в сфере питания. Мода на отдельные виды продуктов, способные вызывать зависимость (жевательная резинка, пиво, крепкие спиртные напитки), и на способы питания («быстрое питание», «Макдональдс» и др.). Реклама в сфере питания и выработка рационального отношения к ней.

Раздел 6. Основы проектно-исследовательской деятельности в кулинарии.

Тема 6.1. Основы проектной деятельности.

Учебно-исследовательская деятельность в УДОД: предназначение и роль в развитии обучающихся. Основные формы исследовательской деятельности.

Проектирование как процесс построения собственной деятельности. Презентация и защита проекта. Культура ведения научной дискуссии.

Практические занятия. Проектирование учебно-исследовательской экспедиции. Выбор места и цели проведения экспедиции. Определение специфики региона, знакомство с его историей и культурой, выявление интересных для посещения объектов. Ролевые игры по выбору участников экспедиции. Выбор времени и программы проведения экспедиции. Оформление «Папки экспедиции».

Тема 6.2. Правила выполнения и оформления исследовательских работ.

Планирование и выбор темы исследования. Определение предполагаемой цели, формулирование гипотезы, постановка задач. Работа с литературой как средство развития способности к самообразованию. Анализ и обработка собранного материала. Правила оформления исследовательской работы.

Практические занятия. Выполнение исследовательской работы. Самостоятельная работа с печатными материалами. Оформление реферата и подготовка доклада по выбранной теме. Выполнение кулинарного изделия к исследовательской работе.

Раздел 9. Итоговое занятие.

Может проводиться в различных формах: как компьютерная викторина «Кулинарная энциклопедия», в виде «круглого стола», диспута, защиты проектов, компьютерных презентаций, выставок и др.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Формы занятий

Формы занятий определяются тем, что программа имеет преимущественно социально-педагогическую направленность и включает образовательные составляющие по овладению азами кулинарного искусства, исследовательской и проектной деятельности, основам здорового образа жизни.

В процессе обучения ребёнок, исходя из понятия здорового образа жизни, идёт от восприятия и усвоения готовой информации через воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности (практическая часть занятий). Через знакомство с примерами научного подхода к проблеме питания, поиска и приготовления новых или утерянных блюд к формированию аналитического мышления и критического подхода к продуктам питания и приготовлению блюд.

Поэтому большая часть занятий проходит в комбинированных формах, с перемежением теоретических и практических частей. Ряд занятий организуется в форме экскурсий, конкурсов, праздничных застолий.

На втором году обучения ребятам предлагается продумать темы исследовательских и экспериментальных работ: рефератов, докладов и практических работ как форм самостоятельной проектно-исследовательской деятельности для сообщения на заключительном занятии или конференции Учебно-исследовательского общества обучающихся с целью их защиты и обсуждения.

По теме «Профилактика зависимого поведения» занятия проходят в форме семинаров, тренингов и тематических ролевых игр.

Диагностика проводится с помощью наблюдения, анкетирования, проблемных семинаров. Обсуждаются результаты. По полученным

результатам определяется круг вопросов. Проводятся тренинги и ролевые игры («Умейте говорить нет», «Пить или не пить», моделирование конфликтной ситуации и т.д.). Основным направлением теоретических занятий по социально-педагогической профилактике является формирование у обучающихся устойчивой мотивации к независимому поведению.

Освоив программу, обучающиеся получают дополнительные стимулы для личностного развития во Дворце: они лучше знакомятся с работой коллективов студии декоративно-прикладного творчества во время общих конференций, экспедиций, экскурсий и праздников; приходят к осознанному выбору углублённого изучения затронутых в программе тем или смежных направлений, например, историко-культурологических или физиолого-медицинских.

Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса, дидактический материал, техническое оснащение занятий

Процесс обучения строится, опираясь на современные научные знания и понятия о рациональном питании и здоровом образе жизни. На каждом занятии педагог предлагает задуматься о составе и качестве употребляемой пищи и так или иначе приводит к мысли о необходимости здорового питания. Здесь взгляды педагога и обучающихся обращены в одном направлении – на веками сложившуюся в России культуру питания. И это еще раз подтверждает, что часто новое – это забытое старое.

Методика обучения предполагает увлекательность подачи и доступность восприятия детьми 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. Зачастую теоретические сведения носят опережающий характер по отношению к основным школьным дисциплинам (история, краеведение, химия, биология, обслуживающий труд и др.), но последовательность и красочность изложения материала приводят к достаточно хорошему его усвоению.

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

Ощущение психологического комфорта, создаваемого педагогом с первых же занятий, способствует реализации творческого потенциала обучающихся и их самореализации.

Программа предусматривает различные траектории развития личности

обучающегося. После овладения знаниями, умениями и навыками по основным темам учебного плана первого года обучения ребятам предлагается освоить азы исследовательской и проектной деятельности. И только те из них, кто проявит интерес к этим видам деятельности, будут выполнять учеб-но-исследовательскую работу, делать доклад и готовить проект предстоящей экспедиции.

При реализации программы используются следующие методы:

– традиционный объяснительно-иллюстративный (наличие в занятиях теоретической части, во время которой обучающиеся знакомятся с новыми сведениями по теме, записывают инструкционную карту; изложение теоретического материала и составление практических заданий строится по принципу восхождения от простого к сложному);

– практико-ориентированный (наличие в занятиях практической части, когда обучающиеся под руководством педагога готовят предусмотренное темой блюдо, дегустируют его и обсуждают результат);

– 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);

– 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 и экспедициях, а также в других формах проведения занятий).

Успешность реализации программы в значительной степени зависит от материально-технического оснащения.

Материальное оснащение

Занятия учебных групп проводятся в специально оборудованной учебной лаборатории. Лаборатория по возможности должна включать два помещения: учебную кухню с кухонной мебелью и класс для теоретических

занятий со столами и стульями.

Помещения должны отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть светлыми, сухими, с естественным доступом воздуха и вытяжной вентиляцией; соответствовать требованиям пожарной безопасности, с обязательным наличием огнетушителя.

К учебной кухне необходимо подведение проводки холодной и горячей воды с кранами и раковинами, усиленного электропитания, оснащение электрическими плитами с духовыми шкафами и холодильниками. Интерьер класса для теоретических занятий должен представлять собой гостиную комнату, располагаться рядом с кухней, что удобно для сервировки стола и проведения дегустации приготовленных блюд.

Обязательное условие проведения занятий – наличие доброкачественных продуктов, поставляемых с баз или комбинатов детского питания.

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

Примерный перечень необходимого для работы инвентаря

На каждого обучающегося:

– доски разделочные для мяса, рыбы, овощей, теста;

– ножи кухонные;

– столовые приборы;

– столовая и чайная посуда.

На бригаду (4-6 человек):

– кастрюли эмалированные или тефлоновые (1-3 л);

– миски разных размеров;

– сковороды;

– дуршлаг, сито, венчик для взбивания, тёрка, ступка, пестик, скалка;

– доска разделочная большая для теста;

– противни;

– формы для выпечки торта, куличей, кексов;

– формы-выемки для печенья и пряников;

– кондитерский шприц для крема;

– нож консервный, приспособления для фигурной нарезки овощей;

– лопатки, ложки, половники из стали и тефлона;

– чайник для кипячения воды;

– чайники для заварки, сахарницы;

– подставки под горячее.

На группу:

– мясорубка, кухонный комбайн, миксер, кофемолка;

– весы;

– наборы для сервировки стола;

– скатерти;

– салфетки.

Для успешной реализации программы по каждой теме имеется богатая библиотека, автором программы разработаны наглядные и дидактические пособия:

– инструкционные карты с перечнем необходимых продуктов и порядком приготовления и подачи каждого приготавливаемого на занятии блюда;

– плакаты со схемами по основным темам теоретического курса;

– дидактические разработки занятий по темам;

– книги и журналы по кулинарии, быту и жизни на Руси, славянской кухне, кухне народов мира, здоровому питанию, культуре быта; вреде пивопития, алкогольной зависимости и др. для самостоятельного изучения обучающимися;

– видеофильмы и записи телепередач по темам занятий;

– CD-продукция: «Веселый поварёнок», «Кулинария – дело вкуса», «Кулинарная энциклопедия» и др.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для обучающихся

Аношин А.В. Русское застолье. 2-е изд. – М.: Колос, 1996.

Ковалев В.М., Могильный Н.П. Русская кухня: традиции и обычаи. – М.: Сов. Россия, 1992.

Ковалев Н.И. Рассказы о русской кухне. – М.: Экономика, 1984.

Кузнецова М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.

Ляховская Л.П. Русская кухня. – СПб.: Кристалл, 1999.

Молоховец Е. Старая кухня России. – Ростов-н/Д: Кн. изд.-во, 1991.

Поскребышева Г.И. Новейшая кулинарная энциклопедия. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. История важнейших пищевых продуктов. – М.: Центрполиграф, 1996.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Кулинарный словарь. – М.: Центрполиграф, 1996.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Национальные кухни наших народов. – М.: Центрполиграф, 1997.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Поваренное искусство и поварские приклады. – М.: Центрполиграф, 1996.

«Школа гастронома. Коллекция рецептов». Популярный журнал.

«Школа гастронома». Популярный журнал.

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

Литература для педагога

Аношин А.В. Русское застолье. 2-е изд. – М.: Колос, 1996.

Ермакова В.И. Основы кулинарии: Учеб. для 8-11 кл. общеобразоват. учреждений. 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1996.

Здоровье. Научно-популярный ежемесячный журнал / ЗАО «Издательский дом журнала «Здоровье».

Зумм У. Энциклопедия здоровья. Раздельное питание / Пер. с нем. – М.: АОЗТ «Кристина и К°», 1994.

Исследовательская деятельность учащихся в современном пространстве: Сборник статей / Ред.-сост. А.О. Обухов. – М.: НИИ школьных технологий, 2006.

Кенгис Р.П. Домашнее приготовление тортов, пирожных, печенья, пряников, пирогов. 3-е изд. – М.: Легкая и пищевая промышленность, 1981.

Ковалев В.М., Могильный Н.П. Русская кухня: традиции и обычаи. – М.: Сов. Россия, 1992.

Ковалев Н.И. Рассказы о русской кухне. – М.: Экономика, 1984.

Ковалев Н.И., Усов В.В. Химия для Вас. Рассказы о тайнах домашней кухни: Справ. изд. – М.: Химия, 1991.

Костомаров Н.И. Домашняя жизнь и нравы великорусского народа / Сост., предисл., примеч. С.Л. Николаева. – М.: Экономика, 1993.

Кузнецова М.Е. Украшение блюд. Цветы из овощей. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.

Кулинарные шедевры за 30 минут / Пер. с англ. – ЗАО «Издательский дом Ридерз Дайджест», 2003.

«Лиза. Приятного аппетита». Ежемесячный журнал / Издательский дом «Бурда».

Линде Г., Кноблох Х. Кругосветка девятой музы / Сост., предисл., подг. текста Г.А. Смирновой. – Красноярск: Витал, 1994.

Ляховская Л.П. Календарь славянской жизни и трапезы: праздники, обычаи, обряды, кухня. – М.: Изд. дом МСП, 1996.

Ляховская Л.П. Русская кухня. – СПб.: Кристалл, 1999.

Михайлов В.С. Православная кухня. – М.: КУбК-а, 1996.

Молоховец Е. Старая кухня России. – Ростов-н/Д: Кн. изд.-во, 1991.

Поскребышева Г.И. Новейшая кулинарная энциклопедия. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.

Поскребышева Г.И. Энциклопедия домашних заготовок. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. История важнейших пищевых продуктов. – М.: Центрполиграф, 1996.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Кулинарный словарь. – М.: Центрполиграф, 1996.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Национальные кухни наших народов. – М.: Центрполиграф, 1997.

Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Поваренное искусство и поварские приклады. – М.: Центрполиграф, 1996.

Риас-Бухер Б. Фуршетные фантазии / Пер. с нем. – М.: Мой мир, 2005.

Сборник материалов программы «Развитие одаренности» МГДД(Ю)Т за 2005 год / Ред.-сост. А.В. Леонтович и А.С. Обухов. Под общей ред. А.В. Леонтовича. – М.: Журнал «Исследовательская работа школьников», 2005.

Социальная педагогика: Курс лекций: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под общ. ред. М.А. Галагузовой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.

Сучкова Е.М., Поскребышева Г.И. Выпечка. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001.

«Школа гастронома. Коллекция рецептов». Популярный журнал / Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь».

«Школа гастронома». Популярный журнал / Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь».

Энциклопедия легкой кулинарии. Поваренная книга. 400 калорий в каждом блюде / Пер. с англ. – ЗАО «Издательский дом Ридерз Дайджест», 2004.

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

К содержанию

1 © Лебедева Е.Е., 2008; © Алешина М.С., Кленова Н.В., Кузнецова Л.В., редактирование, 2008

2 Предлагаемый способ отслеживания образовательных результатов разработан на основе статьи: Кленова Н.В., Буйлова Л.Н. Методика определения результатов образовательной деятельности детей // Дополнительное образование. 2004. № 12; 2005. № 1.

Приложение №1

Способы проверки результатов обучения

В соответствии с указанной выше дифференциацией ожидаемых результатов разработана таблица отслеживания образовательных результатов по данной программе.

В таблице помещены основные измеряемые параметры; по краям оценочной шкалы (от 1 до 10 баллов) фиксируются минимальный и максимальный уровни выраженности этих параметров. Отдельной строкой выделяется развитие личностных качеств ребёнка.

Педагог, пользуясь шкалой, определяет у конкретного ребёнка степень освоенности того или иного предметного параметра, а также уровень развития базовых умений и личностных качеств. Среднеарифметический результат по каждому из выделенных в таблице разделов заносится в индивидуальную карту освоения образовательной программы. Заполнение карты осуществляется 2 раза в год – в середине и конце учебного года. Методика расчета показана на примере первого года обучения.

Таблица отслеживания образовательных результатов

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ РЕБЁНКА

1.1. Знания в области техники безопасности

● Ребёнок хорошо знает возможности инструментов и механизмов

●Ребёнок уверенно формулирует правила техники безопасности и личной гигиены при работе на кухне

● Ребёнок не представляет потенциальной опасности инструментов и механизмов

●Ребёнок не может самостоятельно сформулировать правила техники безопасности на кухне

1.2. Знания в области кулинарии

●Ребёнок хорошо различает виды и особенности кулинарной обработки продуктов

●Ребёнок уверенно называет виды салатов, холодные блюда и закуски

● Ребёнок знает основные правила приготовления салатов, бульонов и первых блюд, вторых мясных, рыбных, грибных блюд и гарниров

●Ребёнок знает виды теста и особенности его приготовления

● Ребёнок знает как приготовить полезные напитки, правильно заварить чай

● Ребёнок знает правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину, чайного и праздничного стола

● Ребёнок знает правила поведения за столом

● Ребёнок называет, но при этом путает особенности кулинарной обработки продуктов

● Ребёнок не может самостоятельно назвать виды салатов, холодные блюда и закуски

● Ребёнок не знает правил приготовления салатов, бульонов и первых блюд, вторых мясных, рыбных, грибных блюд и гарниров

● Ребёнок не знает всех видов теста и особенностей его приготовления

● Ребёнок не знает как заварить чай и приготовить другие напитки

● Ребёнок не знает правил сервировки стола, путает место расположения и назначение приборов и посуды

● Ребёнок не знает правила поведения за столом

1.3. Знания в области русской кухни и основ здорового питания

● Ребёнок может дать характеристики и привести примеры того, в каких продуктах содержится много белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей, воды, пищевых волокон

● Ребёнок может самостоятельно судить о калорийности продуктов питания

● Ребёнок знает способы сохранения витаминов в продуктах питания

● Ребёнок понимает необходимость иметь в своём рационе натуральные продукты, сбалансированно питаться

● Ребёнок охотно рассказывает о вреде искусственных добавок к пище

● Ребёнок знает отличительные особенности русской кухни, может привести примеры блюд национальнойрусской кухни

● Ребёнок знаком с традициями

и обычаями, связанными с

приготовлением блюд

русской кухни

● Ребёнку сложно дать

характеристики основных

компонентов пищи
● Ребёнок не знает понятия

калорийности пищи

● Ребёнок не может рассказать, какие известны способы

сохранения

витаминов в

продуктах питания

● Ребёнку сложно признать

необходимость

натурального,

сбалансированного питания

● Ребёнок не знает о вреде

искусственных

добавок к пище

● Ребёнок не знает, в чём особен-ности русской кухни и

не может назвать больше трёх блюд русской кухни

● Ребёнок не может привести примеров обычаев, связанных с приготовлением блюд русской кухни

2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА РЕБЁНКА

2.1. Владение специальным оборудованием и инструментами

● Ребёнок уверенно пользуется

различными

инструментами и оборудованием

● Ребёнок не может использо-вать

инструменты и оборудование

самостоятельно, без пояснений и

помощи педагога

2.2. Практические умения и навыки

● Ребёнок

самостоятельно может

приготовить

простое блюдо по готовому рецепту

● Ребёнок

демонстрирует

соблюдение

правил гигиены и по-рядка на кухне

● Ребёнок

показывает умение сервировать стол

● Ребёнок

выполняет правила поведения

за столом

● Ребёнок имеет устойчивую

мотивацию

здорового питания

● Ребёнок не в

состоянии

самостоятельно приготовить

простое блюдо по готовому ре-цепту

● Ребёнок не

соблюдает

правила гигиены и поведения на кухне

● Ребёнок не

сервирует

самостоятельно стол

● Ребёнок

не

соблюдает правил поведения

за столом

● Ребёнок не имеет устойчивой

мотивации

здорового питания

3. ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА РЕБЁНКА

3.1. Коммуникативность

● Ребёнок

при

затруднениях

обращается за

помощью к другим детям

● Любит быть на людях

● Выражает готов-ность к коллектив-ной деятельности

● Проявляет

организаторские способности

● Ребёнок при

затруднениях

остаётся с ними наедине

● Предпочитает быть один или

общаться с узким кругом старых

знакомых

● Предпочитает работать

индивидуально

● Не проявляет

организаторских способностей

3.2. Толерантность

● Разрешает

конфликты

конструктивным путём

● Способен к

сопереживанию и взаимопомощи

● Демонстрирует уступчивый,

доброжелательный стиль поведения

● Легко

втягивается в конфликтные

ситуации

● Не умеет

слушать и

слышать,

помогать

товарищам

● Демонстрирует агрессивный

стиль поведения

3.3. Трудолюбие

● Работу

выполняет охотно и тщательно

● Стремится

самостоятельно ис-правлять

ошибки, достигать результатов

● Работу

выполняет

небрежно,

неаккуратно

● Ошибки

исправляет после вмешательства педагога

3.4. Креативность

● Проявляет

фантазию и

творческий подход при выполнении блюда

● Проявляет

художественный вкус при

оформлении блюда

● Демонстрирует творческие

способности при оформлении стола

● Не склонен

проявлять

творческий подход при выполне-нии блюда

● Не чувствует

необходимости

красиво оформить блюдо

● Не проявляет творческих

способностей при оформлении стола

Индивидуальная карта освоения образовательной программы

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемых качеств)

Фамилия, имя ребёнка: Волченко Егор

Возраст: 12 лет

Лаборатория кулинарии и культуры быта

Ф.И.О. педагога: Лебедева Елена Евгеньевна

Название программы: «Берегиня»

Дата начала наблюдения: сентябрь 2003 года

Сроки диагностики

Показатели
Первый год обучения
Второй год обучения

Сентябрь

2004 г.
Май

2005 г.
Сентябрь

2005 г.
Май

2006 г.

1. Теоретическая

компетентность

1.1. Знания в области

техники безопасности

1.2. Знания в области

кулинарии

1.3. Знания в области

русской кухни и основ

здорового питания

3

2

2

6

6

7

6

6

6

9

8

9

2. Практическая

компетентность

2.1. Владение специальным обо-рудованием

и инструментами

2.2. Практические умения и

навыки

3

1

7

5

7

5

8

8

3. Личностное развитие

3.1. Коммуникативность

3.2. Толерантность

3.3. Трудолюбие

3.4. Креативность

4

6

3

5

7

6

4

6

7

6

4

6

8

6

5

7

4. Личностные достижения обу-чающегося
Конкурс «Украшения

закусок» – 2 место

Конкурс «Русский

пряник» – участник

Конкурс «Юный

кондитер» – участник
Участие в празднике прилёта первых птиц;

«Масленица» – органи-затор; детское жюри конкурса «Украшения бутербродов»;

участник городской

выставки «Юные

таланты Московии»