

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ЗАТО АЛЕКСАНДРОВСК**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**ПРИНЯТА**  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол от 11.12.2020 №2



**УТВЕРЖДЕНА**  
Приказом от 11.12.2020 № 404  
Директор МАУДО «ЦДО»  
\_\_\_\_\_ Л.В. Михайлова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«КУЛИНАРНЫЙ ЭТИКЕТ»**

**Срок реализации: 1 год**  
**Возраст обучающихся: 11-13 лет**

*Составитель: Рыбникова Наталья Владимировна,  
педагог дополнительного образования*

**г. Полярный  
2020 год**



## Пояснительная записка

Наука и искусство правильного питания являются одним из важных направлений работы по ориентации детей и подростков на здоровый образ жизни, их социальной адаптации и личностного развития. Изучение законов рационального питания и культуры потребления будет способствовать воспитанию физически и нравственно здорового поколения, развитию у детей чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

В настоящее время открываются всё больше предприятий общественного питания различного типа и класса, что увеличивает спрос на рынке труда как рабочих профессий (повар, кондитер, официант, бориста и др), так и служащих в данной сфере деятельности (администратор, менеджер), и как следствие – возрастание интереса к этой профессиональной сфере у учащихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Кулинарный этикет» (далее Программа) предназначена для получения школьниками дополнительных знаний в области кулинарии. Программа способствует формированию представления о характере осознанного выбора путей получения дальнейшего образования в сфере обслуживания, подготовке к самостоятельной жизни и конкретным видам труда.

Использование на занятиях материала, знакомящего учащихся с национальными обычаями, традициями в производственных и бытовых сферах, повышает их познавательный интерес, расширяет возможности для проявления творческого начала.

Программа имеет **социально-гуманитарную направленность**.

Программа соответствует **стартовому** уровню сложности.

Программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- постановление от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"

**Новизна** дополнительной общеобразовательной программы «Кулинарный этикет» заключается не только в возможности формирования знаний, умений, навыков в области кулинарного искусства, но и в обучении культуре и искусству столового этикета. Программа направлена на раннюю профессиональную ориентацию, что способствует соблюдению принципа преемственности при дальнейшей реализации программ профессионального обучения.

**Особенностью** данной программы является то, то методика обучения предполагает увлекательность подачи и доступность восприятия учащимися теоретического материала, находящегося в непосредственной связи с выполнением практического задания, что способствует эффективному усвоению содержания программы.

. При этом в конце каждого занятия виден результат как общей, так и индивидуальной работы, чему способствует проведение дегустаций с подробным обсуждением итогов. Каждый учащийся может продемонстрировать свои умения в области кулинарии и увидеть результат своего труда.

Важным условием для успешного выполнения программы является организация комфортной творческой атмосферы в объединение, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества между педагогом и учащимися при решении общих задач. Ощущение психологического комфорта, создаваемого педагогом с первых же занятий, способствует реализации творческого потенциала учащихся и их самореализации.

Данная программа **актуальна** тем, что в ходе её реализации создаются благоприятные условия для социально-культурного и профессионального самоопределения, развития познавательной активности и творческой самореализации учащихся.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, приобщает детей к творчеству.

### **Цель программы**

Целью программы является: формирование у обучающихся целостного представления о профессиях общественного питания; культуры общения и здорового питания, навыков самообслуживания, развитие творческих способностей учащихся.

### **Задачи программы**

Организационно-педагогические условия, необходимые для реализации программы, обеспечиваются в процессе решения следующих задач:

#### **Образовательных:**

- дать учащимся знания о рациональном и здоровом питании;
- ,дать начальные знания по основам кулинарии. сформировать умения по приготовлению здоровой пищи;
- познакомить с искусством этикета;
- познакомить с культурой и кухней разных народов;
- познакомить обучающихся с современными профессиями общественного питания;
- изучить правила техники безопасности, санитарно-гигиенические требования.

#### **Развивающих:**

- развивать эстетический вкус, навыки самообслуживания;

- развивать умения планировать свою работу, использовать полученные знания на практике,
- развивать чувство коллективизма, умение работать в команде.

4

### **Воспитательных:**

- воспитывать трудолюбие, технологическую дисциплину,
- воспитывать, бережливость, ответственность, опрятность.

### **Принципы построения программы**

В основу реализации программы положены следующие принципы:

- принцип систематичности и последовательности;
- принцип воспитывающего обучения- в ходе учебного процесса педагог даёт учащемуся не только знания, но и формирует его личность;
- принцип доступности- содержание и изучение учебного материала не должно вызывать у учащихся интеллектуальных, моральных и физических нагрузок;
- принцип наглядности- при обучении следует дать возможность использовать полученные знания и умения в практической деятельности;
- принцип сознательности и активности- учащиеся должны понимать цели и задачи учения, иметь возможность самостоятельно планировать и организовывать свою деятельность;
- принцип создания ситуации успеха- процесс познания даёт чувство удовлетворения только в том случае, если учащийся получает реальное подтверждение своего роста;
- принцип связи обучения с практикой- учебный процесс строится так, чтобы учащиеся использовали полученные теоретические знания в решении практических задач;
- принцип доверительной атмосферы обучения.

### **Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год для учащихся по 2 часа в неделю. Всего 72 часа.

Программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

В каникулы с учащимися проводятся экскурсии на предприятия общественного питания, что способствует их профориентации.

Характер летних заданий определяется исходя из потребностей образовательного процесса и желания учащихся. Во время летних каникул учащиеся получают индивидуальные задания для самостоятельной работы (составление кулинарного кроссворда, подготовка вопросов по викторине, повторение правила техники безопасности и т. д.)

### **Характеристика учащихся**

Возраст учащихся – от 11 до 13 лет.

Набор в объединение производится добровольно, принимаются все учащиеся, имеющие желание заниматься, только с согласия родителей (законных представителей) (часть 3 статьи 55 Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Наполняемость групп: минимальная – 12 человек, максимальная – 15 человек.

Для успешного выполнения программы необходимо выявить интересы учащегося,

его индивидуальные особенности и возможности развития, создать условия для самореализации творческого потенциала ребенка. С этой целью проводится диагностирование (первоначальное и в течение всего срока обучения).

5

### **Условия реализации программы**

Программа может быть реализована только при наличии полного контакта, взаимопонимания как внутри группы, так и между педагогом и группой. Учащимися должны быть поняты цели педагога, которые он желает добиться. Педагог должен уметь выслушивать учащихся и давать пояснение к возникшим у них вопросам, обращать внимание на их предложения.

На занятиях необходимо учитывать принцип доступности и посильности работы для учащихся, для того, чтобы задания соответствовали возрасту, уровню подготовки, их интересам.

Весь процесс учебной деятельности организуется по принципу доступности познания и самореализации личности учащихся.

### **Формы и методы ведения работы**

1. Учет индивидуальных и психологических особенностей учащихся.
2. Использование следующих форм занятий: игра, беседа, экскурсии, конкурс, практические работы,
3. Использование групповых и бригадных форм организации деятельности обучающихся, а также работа в парах и группах переменного состава.

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.

### **Требования к знаниям и умениям**

К окончанию обучения учащиеся должны знать:

- технологию приготовления блюд и их подачи;
- технологию оформления зала, стола;
- правила поведения за столом;
- правила техники безопасности при кулинарных работах;
- профессии, связанные со сферой общественного питания;
- роль воспитанности и межличностных отношений в жизни человека;

Уметь:

- оформлять зал, стол;
- подбирать продукты для приготовления блюд;
- правильно выбирать способ тепловой обработки;
- оформлять готовые блюда;
- правильно вести себя за столом;

-соблюдать правила техники безопасности при кулинарных работах.

### Оценка результатов работы обучения детей

Оценка эффективности усвоения программы обучения проводится на основании анализа самостоятельной творческой работы учащихся.

Технологические и творческие навыки учащихся выявляются в процессе практической работы. Проверка знаний и умений осуществляется с помощью тестовых, практических заданий, участия в конкурсах, играх, соревнованиях.

Завершающим этапом обучения является открытое мероприятие.

### Способы определения результативности

С целью диагностики успешности освоения программы, достижений учащихся и коррекции образовательного процесса применяются следующие методы:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов тестирования, анкетирования, лабораторных практикумов, участия в тематических играх, конкурсах, соревнованиях;
- педагогический мониторинг (диагностика развития личностных качеств обучающихся, диагностика усвоения программного материала);
- **Учебно-тематический план**
- 

№п/п	Наименование темы	Всего часов	Из них теоретических	Практических	Форма контроля
1.	Наука и искусство правильного питания	4	1	3	анкета «Правильно ли ты питаешься»
2.	Правила этикета	15	5	10	Беседа; презентация, игра
3.	Искусство сервировки: исторические факты	12	4	8	Деловая игра с отработкой приёмов сервировки
4.	Инновационные кулинарные технологии.	5	1	4	Презентация и анализ готового блюда
5.	Бутерброды: искусство оформления и подачи	2	1	1	игра
6.	Салаты: искусство оформления и подачи	2	1	1	Презентация и анализ готового блюда
7.	Карвинг в кулинарии	4	1	3	Презентация и анализ готового

					блюда
8.	Мясные блюда: искусство оформления и подачи	3	1	2	Презентация и анализ готового блюда
9.	Оформление рыбных блюд	2	1	1	Презентация и анализ готового блюда
10.	Русская кухня-ключ к здоровью, приготовленной самой природой. Ягоды России.	2	1	1	Презентация идей
11.	История и искусство русской кухни	2	1	1	Тестирование
12.	Коктейли. Современные требования к изготовлению и подаче	2	1	1	Таблица «органолептические характеристики»
13.	Искусство чайного стола	2	1	1	Решение проблемной задачи
14.	Русская обрядовая кухня	3	1	2	Презентация и анализ готового блюда
15.	Традиции кулинарного искусства разных народов мира	5	2	3	Презентация и анализ готового блюда
16.	Традиционное блюдо моей семьи, культура семейного этикета	5	1	4	Презентация блюда
17.	Заключительное занятие	2		2	Игра-соревнование
	Итого	72	24	48	



## Содержание программы

### 1. Наука и искусство правильного питания.

Тайны здорового питания. Наиболее полезные и необходимые каждый день продукты человеку. Необходимость разнообразного питания для детского организма. Составление меню на день.

### 2. Правила этикета.

История этикета. Нормы и правила этики. Культура и искусство семейного этикета. Искусство столового этикета. Повседневный этикет. Светский этикет. Этикет особого случая. Инсценировка «Гостеприимство-это не так просто».

### 3. Искусство сервировки: исторические факты.

Типы сервировки. Техника складывания салфеток. Столовая посуда, приборы, бельё: виды, характеристика. Факторы высокой культуры встречи и размещения гостей.

### 4. Инновационные кулинарные технологии.

Современные технологии: молекулярная кулинария, фудпейринг, арт-визаж, фьюжн. Преимущества при применении. Блюда, приготовленные по данным технологиям.

### 5. Бутерброды: искусство оформления и подачи

Классификация, особенности приготовления. Правила подачи. Занятие-игра-«Путешествие в Бутербродию»

### 6. Салаты: искусство оформления и подачи

Происхождение слова салат. Историческая справка. Виды салатов. Заправки для салатов. Приготовление.

### 7. Карвинг в кулинарии.

Резьба по овощам. Историческая справка. Оборудование. Инструменты. Приёмы работы в технике «карвинг». Тренировочные упражнения. Выполнение работ в технике «карвинг» (лепестки из огурца, цветок из помидора, корзинка из апельсина, украшения из яблок)

### 8. Мясные блюда. Искусство и оформление

Полезные свойства мяса. Классификация мясных блюд, приготовление, подача.

### 9. Оформление рыбных блюд

Ознакомление с ассортиментом блюд из рыбы. Приготовление, подача.

### 10. Русская кухня-ключ к здоровью, приготовленной самой природой. Ягоды России.

Ознакомление с разнообразием блюд из ягод. Блюда из ягод Мурманской области. Приготовление, правила подачи и правила употребления этих блюд.

### 11. История и искусство русской кухни

Кулинарные рецепты наших предков.

### 12. Коктейли. Современные требования к изготовлению и подаче

Сведения о смешанных напитках. Занятие-конкурс «Приготовление молочных, слоистых коктейлей».

### 13. Искусство чайного стола.

История чаепития. Насколько полезен чай. Виды горячих напитков. Сорты чая. Способы заваривания.

### 14. Русская обрядовая кухня.

Развитие пекарских и кондитерских ремёсел. Особенности приготовления обрядовой кухни. Отражение русской символики в изделиях. Традиции русского пирога. Виды

пирогов. Куличи пасхальные. Пасхальный стол, традиции, обряды. Приготовление куличей.

15. Традиции кулинарного искусства разных народов мира  
Особенности приготовления национальных блюд.

9

16. Традиционное блюдо моей семьи, культура семейного этикета

Семейный конкурс «Секреты кухни моей семьи».

17. «Чему мы научились». Заключительное занятие: игра-соревнование

## **Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **1. Учебно-методическое обеспечение программы**

Данная образовательная программа предполагает разнообразные формы методического обеспечения с привлечением различного наглядного и информационного материала.

Для реализации программы необходима специальная библиотека литературы (см. список литературы), наглядный и дидактический материал (схемы, плакаты, таблицы, раздаточный материал).

Серия компьютерных программ по кулинарии служит иллюстративным материалом.

### **2. Материально-технические условия реализации программы**

Кабинет теоретической подготовки, компьютер, принтер, сканер, экран проекционный.

Реализация программы учебной практики предполагает наличие: учебного кулинарного цеха.

Оборудование мастерской и рабочих мест учебного кулинарного цеха:

Весы настольные электронные

Микроволновая печь

Плита электрическая

Жарочный шкаф

фритюрница

Шкаф холодильный

Шкаф морозильный

Мясорубка

Слайсер

Столы с поверхностью из нержавеющей стали.

Миксер

Блендер (ручной с дополнительной насадкой для взбивания)

Овощерезка

Овоскоп

стол производственный с моечной ванной;

стеллаж передвижной;

моечная ванна двухсекционная.

Инвентарь, инструменты, кухонная посуда:

набор инструментов для карвинга

функциональные емкости из нержавеющей стали для хранения и транспортировки;

набор разделочных досок

поставка для разделочных досок;

термометр  
венчик;  
миски (нержавеющая сталь);

10

сито;  
лопатки (металлические, силиконовые), половник;  
набор ножей;  
мусат для заточки ножей;  
формы для запекания и выпечки:  
кондитерские щипцы, шприцы, мешки, насадки, скребки, кисточки:  
кондитерские кольца:  
формочки для салатов и гарниров:  
корзины для органических и неорганических отходов.  
набор кастрюль 5л, 3л, 2л, 1.5л, 1л; сотейники 0.8л, 0.6л, 0.2л;  
набор сковород диаметром 24см, 32см;  
казан;  
сотейник;  
лоток;  
дуршлаг;  
половник, шумовка, черпак;  
щипцы, толкушка, молотки для отбивания мяса;  
тёрки, мерная посуда ,ёмкость для специй,  
консервный нож,  
сотейники, суповые миски  
посуда для презентации:  
тарелки глубокие, тарелки плоские диаметром 24см, 32см, блюдо прямоугольное,  
соусники  
-рабочие места для учащихся (12);  
-комплект инструкционных карт.

**Список литературы, используемый педагогом.**

1. Андросов В.П. Практическое обучение профессии «Повар»: учебное пособие- М:2007
2. Андросов В.П. Практическое обучение профессии «Кондитер»: учебное пособие- М:2012
3. Анфимова Н.А. Кулинария: учебное пособие-М:2002
4. Антист К. Чудо-напитки для здоровья-М:2007
5. Барановский В.А. Повар: учебное пособие-Р/на Д:2001
6. Вульф-Кохен Э. Кулинария школа мастерства-М:2007
7. Гуревич М.И. Сборник проектов «Технология»: пособие для учителя.-М:2003
8. Дубровская Н.И. Технология приготовления мучных кондитерских изделий: учебное пособие-М:2012
9. Ефремов Е.В. Сборник рецептов для повара-Р/на Д:2001
10. Качурина Т.А. Кулинария: учебное пособие.-М,2012
11. Кузнецов И.Н. Всё об этикете-Мн:2004
12. Коева В.А. Лабораторный практикум для повара: учебное пособие- Р/на Д:2001
13. Ловачёва Г.Н. Стандартизация и контроль качества продукции: учебное пособие- М:1990
14. Ляжнева М. Блины, куличи, пироги-М:2005
15. Мельников И.В. Повар: учебное пособие-Р/на Д:,2009
16. Максименко Н.А. Спутник классного руководителя-Волгоград:2006
17. Подласый И.П. Педагогика-М: 2003
18. Радченко Л.А. Организация производства на ПОП: учебное пособие- Р/на Д:2001
19. Сасова И.А. Технология. Пособие для учителя.-М:2003
20. Светлова Е. Сервировка праздничного стола и этикет-М:2009
21. Симоненко В.Д. Технология. Поурочные планы-Волгоград:2007
22. Сопина Л.Н. Пособие для повара-М:2002
23. Татарская Л.Л. Лабораторно-практические работы для поваров и кондитеров-М:2007
24. Компьютерные программы: Кулинарный рай. Медиа Хауз:2007
25. interneturok.ru
26. www.intuit.ru
27. festival.1 september.ru

### Список литературы для учащихся

1. Антист К. Чудо напитки для здоровья.-М:2007
2. Боякова О.М. 555 лучших коктейлей.-М:2010
3. Безруких М.М. Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь.-М:2015
4. Безруких М.М. Формула правильного питания: Рабочая тетрадь.-М:2013
5. Дуброва Е.В. Оригинальные рулеты.-М:2014
6. Ермакова В.И. Основы кулинарии.-М:1993
7. Иофина И.О. Украшения блюд.-М:2008
8. Карелина О.Ф. Блюда минутки.-М:2005
9. Лагутина Л.А. Котлеты.- Р/на Д:2000
10. Лежнева М. Блины. Куличи. Пирог.-М:2005
11. Марштупа Л.Е. Блюда в горшочках.-М:2009
12. Михайлов В. 2000 лучших кулинарных рецептов.-М:2008
13. Румянцева И.С. 1000 блюд из теста.-М:2010
14. Самсонова А.В. Овощные блюда.-Ижевск:1994
15. Степанова И.В. Вкусные фантазии из груш. Белгород, 2015
16. Степанова И.В. Вкусные фантазии из помидоров. Белгород, 2014
17. Степанова И.В. Вкусные фантазии из бананов. Белгород, 2015
18. Степанова И.В. Вкусные фантазии из моркови. Белгород, 2015
19. Степанова И.В. Вкусные фантазии из свёклы. Белгород, 2016
20. Треер Г.М. Суши и роллы. М., 2013

21. <https://redlipsjournal.com/post/>

13

22. <https://www.zhenskoeschastie.com/10-luchshih-sajtov-po-kulinarii/>

23. <https://infoselection.ru/infokatalog/uvlecheniya-i-razvlecheniya/kulinariya/item/>

24. <http://seo-design.net/design/best-cooking-websites>

### **Список литературы для родителей**

1. Залушина Л.М. С подростком каждый день. Популярныe советы для родителей.- С/П:2004

2. Лютова Е.К. Шпаргалка для взрослых.- С/П:2005

3. Ярошенко Н. Домашний пир без лишних затрат. Опечатано в Италии:1998

5. <https://vk.com/club127335630>

6. <http://www.vkusnii.ru/>

7. <https://vkusiaromat.ru/>

8. <http://www.shate.ru/catalog>

9. <http://school37ufa.ru/sajty-dlya-roditelej-shkolnikov-mladshix-klassov-obzor/>

10. [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

11. [www.nlr.ru](http://www.nlr.ru)

12. [www.gpntb.ru](http://www.gpntb.ru)

13. <http://kidlib.ru/>

