



Государственное казенное учреждение  
Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Наш дом»

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Поваренок»**

**Подготовила:  
Воспитатель Огданец С.И.**

**2018г.**

Рассмотрено на педагогическом совете  
Протокол от « 29 » января 2018 года №



«Утверждаю»

Мамонова Л.А.

директор ГКУ ЦСЗН ДОБПР «Наш дом»

Приказ № \_\_\_\_\_ от « 29 » января 2018 года

## Пояснительная записка.

**Цель программы:** Создание условий для формирования у воспитанников практических навыков и умений ведения домашнего хозяйства, необходимых в самостоятельной жизни.

### Задачи программы.

1. Сформировать умения и навыки в приготовлении пищи.
2. Сформировать умение организовывать рабочее место, оценивать его безопасность.
3. Привить навыки культуры поведения за столом и пользоваться правилами этикета.

### Сроки реализации программы.

Данная программа рассчитана на один год. Реализуется для всех воспитанников.

### Режим занятий.

Занятия проходят 1 раз в неделю по графику работы воспитателя.

Объем занятий по программе-42 учебных часа в год.

### Формы и методы организации образовательного процесса:

Программа предполагает теоретические и практические части, поэтому используются различные педагогические методы и формы. В теоретической части используются рассказ, беседа, работа с источниками информации (литература, интернет - ресурсы).

Основной формой при реализации практической части программы выбрана форма практического занятия, это позволяет каждому воспитаннику приобрести необходимые умения и отработать практические навыки приготовления различных блюд.

Также занятия проводятся в форме мастер-классов по приготовлению блюда от сотрудников и выпускников центра, экскурсий, конкурсов.

### Образовательные результаты.

К концу обучения воспитанники должны:

**Знать:**

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- сроки и условия хранения продуктов питания, общие сведения о питательных веществах и витаминах;
- правила покупки продуктов в магазине по маркировке сроков годности;
- источники нахождения рецептов и технологий приготовления различных блюд;
- технологию приготовления различных блюд, обозначенных в программе;
- правила сервировки повседневного и праздничного стола и правила этикета;
- правила составления меню на день, на неделю, на одного или нескольких человек.

#### **Уметь:**

- соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- соблюдать сроки и условия хранения продуктов питания;
- выбирать продукты в магазине по маркировке сроков годности;
- находить рецепты различных блюд и технологию их приготовления в сети Интернет и литературе;
- готовить бутерброды;
- готовить блюда из яиц;
- готовить каши на воде и молоке из различных круп;
- готовить первые блюда;
- готовить блюда из картофеля;
- готовить гарниры из круп, макаронных изделий;
- отваривать и жарить пельмени;
- готовить салаты;
- выпекать блины и оладьи;
- консервировать овощи, фрукты, ягоды
- готовить горячие напитки;
- сервировать повседневный и праздничный стол и пользоваться столовыми приборами, соблюдать правила этикета за столом;
- составлять меню на день, на неделю и сервировать;
- рассчитывать количество продуктов при приготовлении на одного или нескольких человек;
- пользоваться современной кухонной бытовой техникой и оборудованием.
- соблюдать правила этикета за столом;
- использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для приготовления в домашних условиях.

## Педагогический контроль.

**Текущий** педагогический контроль осуществляется на каждом практическом занятии в форме наблюдения:

- за соблюдением правил техники безопасности при работе с ножом, различными кухонными приборами и приспособлениями,
- за выполнением санитарно-гигиенических норм и правил при приготовлении различных блюд,
- за соблюдением технологии приготовления блюд.

По усмотрению воспитателя, реализующего программу, **итоговый** педагогический контроль проводится в форме мероприятий «Кулинарный поединок», «Званный ужин», «Идем в гости к ...», и других, где каждый воспитанник, завершивший обучение по программе демонстрирует свои умения и навыки в приготовлении различных блюд и сервировки стола. При подведении итогов занятий всем участникам вручаются книги рецептов.

Контрольно-зачётные требования по итогам реализации Программы сводятся к оценке умения воспитанников на практике применить полученные знания и навыки.

По завершении программы проводится анкетирование воспитанников.

*Содержание анкеты*

1. Оцени по 10-бальной системе организацию занятий
2. Напиши, чему ты научился на занятиях
3. Чему бы ты хотел научиться
4. Как ты можешь применить знания, полученные на занятиях, в дальнейшем
5. Напиши, какое блюдо тебе больше понравилось готовить, почему
6. Считаешь ли ты необходимым проведение занятий по программе «Кулинария» для воспитанников Центра

ФИ \_\_\_\_\_ лет \_\_\_\_\_ дата

## Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Теория	Практика	всего
1	Вводное занятие.	1		1
2	Сроки и условия хранения продуктов питания. Понятие о пищевых инфекциях.	1		1
3	Общие сведения о питательных веществах и витаминах. Правила покупки продуктов в	0,5	1	1,5

	магазине по маркировке сроков годности (посещение магазина).			
4	Приготовление бутербродов.	0,5	0,5	1
5	Приготовление блюд из яиц.	0,5	0,5	1
6	Приготовление каш на воде и молоке из различных круп.		2	2
7	Приготовления первых блюд.	0,5	2,5	3
8	Приготовление блюд из картофеля.	0,5	1,5	2
9	Приготовление блюд из мяса.	0,5	1,5	1
10	Приготовление гарниров из круп.	0,5	1,5	3
11	Выпечка торта на 23 февраля, на 8 марта.	1	4	3
12	Состав теста для пельменей и способ их изготовления. Отваривание и жарка пельменей.	0,5	1,5	2
13	Приготовление салатов	0,5	1,5	2
14	Приготовление блюд из рыбы	0,5	1,5	2
15	Виды теста, рецептура и технология приготовления. Выпечка блинов, оладьев. Пирожки, пицца.	1	3	2
16	Приготовление горячих напитков	0,5	0,5	1
17	Меню, сервировка стола и правила этикета.	0,5	0,5	1
18	Меню на день, на неделю, на одного или нескольких человек	1		1
19	Правила консервирования овощей, фруктов, ягод	1	2	3
20	Итоговое занятие. Воспитательные мероприятия, реализуемые в рамках программы			
	<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>4,5</b>	<b>42</b>

**10. Теория:** Знакомство с технологией приготовления гарниров из круп (рис, греча), макаронных изделий. Поиск рецептов в интернете, кулинарных книгах.

**Практика:** приготовление гарнира.

**11. Теория:** Знакомство с технологией приготовления тортов. Поиск рецептов в интернете, кулинарных книгах.

**Практика:** Выпечка торта на 23 февраля для мальчиков.

Выпечка торта на 8 марта для девочек.

**12. Теория:** Состав теста для пельменей и способ их приготовления. Знакомство с технологией приготовления пельменей (мастер-класс: видеоролик в интернете).

**Практика:** приготовление варёных и жареных пельменей (с использованием полуфабриката).

**13. Теория:** Знакомство с технологией приготовления различных салатов.

Поиск рецептов в Интернете, кулинарных книгах.

**Практика:** приготовление салата (на выбор детей).

**14. Мастер-класс** по приготовлению рыбы.

**15. Теория:** Виды теста, рецептура и технология приготовления. Знакомство с технологией приготовления блинов, с различными видами начинок для фаршировки, пирожков, пиццы.

**Практика:** приготовление фаршированных блинов, оладьев, пирожков, пиццы.

**16. Теория:** Знакомство с технологией приготовления горячих напитков (компот, чай, кисель, сбитень и др.). Поиск рецептов в интернете, кулинарных книгах.

**Практика:** приготовление напитка (на выбор детей).

**17. Теория:** Правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину. Правила сервировки праздничного стола.

**Практика:** отработка правил сервировки на всех занятиях, проводимых в рамках данной программы, на праздничных обедах/ужинах, проводимых в учреждении, на итоговых занятиях по данной программе.

**18. Теория:** Меню на день, на неделю, на одного или нескольких человек. Меню праздничного стола. Расчёт количества и стоимости продуктов на день, неделю, для праздничного стола (по количеству человек).

**19. Теория:** Правила консервирования овощей, фруктов, ягод. Поиск рецептов в интернете, кулинарных книгах.

**Практика:** Консервирование овощей и фруктов на зиму.

**20. Итоговое занятие:** Анкетирование. Подведение итогов работы за год в форме одного из воспитательных мероприятий, указанных ниже (на выбор воспитанников)

**Воспитательные мероприятия в рамках реализации программы.**

- Конкурсы: «Кулинарный поединок», «Званный ужин»,
- «Идем в гости к...»  
(поздравления с днём рождения..., 23 февраля, 8 марта и др.)
- Выезды в кафе в г. Кострома (ко дню рождения воспитанников и др.)

### **Обеспечение программы.**

#### **Техническое оснащение.**

Кухня, пищеблок центра.

**Оборудование:** плита, микроволновка, электроблинница, электрический чайник, кастрюли, сковорода, тарелки, столовые приборы, чайный сервиз

**Материалы:** продукты питания.

Компьютер с доступом к сети Интернет.

### **Методическая литература:**

1. Голондарева Н.Б. Технология 8 класс. Поурочные планы по учебнику  
«Технология. 8 класс» В.Д. Симоненко. В 2 частях. Часть 1.-  
Волгоград:  
Учитель - АСТ, 2003г.
2. Голондарева Н.Б. Технология 8 класс. Поурочные планы по учебнику  
«Технология. 8 класс» В.Д. Симоненко. В 2 частях. Часть 1.-  
Волгоград:  
Учитель - АСТ, 2004г.
3. Голондарева Н.Б. Технология 9 класс. Поурочные планы по учебнику  
«Технология. 9 класс» В.Д. Симоненко. В 2 частях. Часть 1.-  
Волгоград:  
Учитель - АСТ, 2004г.
4. Мильская А.Д. «Домоводство» - Москва, 1999г.
5. Павлова О.В., Попова Г.П. Технология. 6класс: поурочные планы по учебнику под ред. В.Д. Симоненко. - Волгоград: Учитель, 2008г.
7. Сахарова. С. Домашний повар, или Калинкины записки для начинающих кулинаров. – Москва: «Молодая гвардия», 1992г.

# Инструкция по охране труда при кулинарных работах

## Инструкция

### по охране труда при выполнении кулинарных работ

#### 1. Общие требования безопасности

1.1. К выполнению кулинарных работ под руководством учителя воспитателя могут быть допущены воспитанники, прошедшие инструктаж по охране труда.

1.2. Воспитанники должны соблюдать *инструкцию по охране труда при кулинарных работах*, правила поведения, расписание занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. Во время выполнения кулинарных работ возможно воздействие ряда опасных и вредных производственных факторов:

- порезы рук ножом при неаккуратном обращении с ним;
- травмирование пальцев рук в ходе работы с мясорубкой и теркой;
- ожоги горячей жидкостью, либо паром;
- поражение электрическим током при пользовании электроплитами и другими электрическими приборами.

1.4. При выполнении кулинарных работ должна применяться следующая обязательная специальная одежда: халат хлопчатобумажный или фартук, а также косынка, либо колпак.

1.5. В помещении для выполнения кулинарных работ должна находиться *инструкция по охране труда при выполнении кулинарных работ*, медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и средств, используемых для перевязки.

1.6. Воспитанники обязаны обеспечить соблюдение правил пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец произошедшего несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом воспитателю, который передаст информацию администрации образовательного учреждения. При неисправности оборудования необходимо сразу прекратить работу и сообщить об этом инциденте воспитателю.

1.8. В процессе работы важно соблюдать правила ношения специальной одежды, пользования индивидуальными и коллективными средствами защиты, соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свое рабочее место.

1.9. Воспитанники, которые допустили невыполнение или нарушение инструкции по охране труда при кулинарных работах, будут привлечены к дисциплинарной ответственности, со всеми остальными воспитанниками проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

#### 2. Требования безопасности перед началом кулинарных работ

2.1. Надеть специальную одежду, волосы следует убрать под косынку, либо колпак.

2.2. Проверить исправность имеющегося кухонного инвентаря .

2.3. Проконтролировать целостность эмалированной посуды, отсутствие сколов эмали, а также отсутствие трещин и других дефектов столовой посуды.

2.4. Убедиться в надежности заземления корпуса электрической плиты, прочих электрических приборов.

#### 3. Требования безопасности во время кулинарных работ

3.1. Перед включением электрической плиты или других электрических приборов необходимо встать на диэлектрический коврик. Перед включением настольной



электрической плитки в сеть важно осуществить проверку исправности шнура питания и вилки, а также установить плитку на огнеупорную подставку. Не пользоваться электроплиткой с открытой спиралью.

3.2. Для приготовления пищи пользоваться эмалированной посудой, не рекомендуется применять алюминиевую посуду .

3.3. Соблюдать осторожность во время чистке овощей. Картофель надо очищать от кожуры желобковым ножом, рыбу - скребком.

3.4. Хлеб, гастрономические изделия, овощи и прочие продукты необходимо нарезать только хорошо наточенными ножами на разделочных досках в соответствии с их маркировкой.

3.5. При работе с мясорубкой мясо или другие продукты проталкивать в кухонный прибор не руками, а специальными деревянными пестиками.

3.6. Соблюдать осторожность при использовании ручных терок, надежно удерживать обрабатываемые продукты, нельзя обрабатывать слишком мелкие кусочки.

3.7. Передавать ножи и вилки друг другу можно только ручками вперед.

3.8. Пищевые отходы для временного их хранения следует убирать в урну с крышкой.

3.9. Важно следить, чтобы при закипании содержимое посуды не выливалось через край, крышки горячей посуды необходимо брать полотенцем или прихваткой, открывать от себя.

3.10. Сковородку ставить и снимать с электрической плиты нужно сковородником.

3.11. Во время выполнения кулинарных работ строго соблюдать требования инструкции по охране труда при кулинарных работах .

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При обнаружении неисправностей кухонного инвентаря, работу следует прекратить и сообщить об этом воспитателю.

4.2. При разливе жидкостей или жира надо немедленно убрать их с пола.

4.3. В случае, если разбилась столовая посуда, осколки с пола руками собирать нельзя, рекомендуется пользоваться веником или щеткой и совком.

4.4. При получении травмы необходимо оказать первую помощь пострадавшему, а затем сообщить об этом администрации образовательного учреждения, при необходимости срочно отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании кулинарных работ**

5.1. Важно произвести выключение электрической плиты и других электрических приборов, при выключении из электрической розетки нельзя дергать за шнур.

5.2. Следует тщательно вымыть рабочие столы, посуду, а также использованный кухонный инвентарь.

5.3. Необходимо вынести мусор, отходы и очистки в специально отведенное для этого место.

5.4. Нужно снять специальную одежду и произвести тщательное мытье рук с мылом.

Инструкцию разработал: \_\_\_\_\_ (Огданец С.И. \_\_\_\_\_)

#### **СОГЛАСОВАНО**

Руководитель службы ОТ(специалист или инженер по ОТ) \_\_\_\_\_ Стамов А.Д.  
« 29 » 01 2018г.

С инструкцией ознакомлены:

« 29 » 01 20 18 г. \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)