

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного  
образования детей Дом творчества Спасского района

«Утверждаю»

Директор МБОУ ДОД ДДТ

Гулина Т.В.

29 августа 2017 г.

## **Дополнительная образовательная общеразвивающая программа**

### **«Хозяюшка»**

(программа составлена на основании адаптированных рабочих программ:  
Кузиной Надежды Ивановны – Нижегородская область, с.Шутилово и  
Назимовой Людмилы Николаевны- «Бежецкая школа- интернат» )

Программа принята

педагогическим советом

МБОУ ДО ДТ

Протокол №1

От 29 августа 2017 года

Продолжительность освоения программы- 2 года

Возрастной диапазон: 7-13 лет

Образовательная область: художественно - эстетическая

Уровень освоения программы - общекультурный

Форма образовательного процесса - групповая, индивидуальная.

Педагог дополнительного образования:

Гузеватова Елена Александровна

г. Спасск 2017г.

## СОДЕРЖАНИЕ

- I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
- II. Актуальность программы
- III. Цель программы
- IV. Задачи программы
- V. Условия реализации программы
- VI. Формы и методы работы. Принципы работы
- VII. Календарно- тематический план 1-го года обучения
- VIII. Содержание программы 1-го года обучения
- IX. Ожидаемые результаты 1-го года обучения
- X. Календарно -тематический план 2-го года обучения
- XI. Содержание программы 2-го года обучения
- XII. Ожидаемые результаты 2-го года обучения
- XIII. Список литературы

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Приобщение ребёнка к миру взрослых, их деятельности, к чувствам и переживаниям существовало с древних времён. Во все времена матери и отцы учили, учат и будут учить своих детей тому, что на их взгляд пригодится им в жизни и что они знают и умеют сами. Если же говорить об этой проблеме с точки зрения педагогической науки, то отношение к проблеме приобщения детей к социальной действительности, к её целям, содержанию, методам менялось на протяжении большого отрезка времени. Между тем, именно участие детей в жизни взрослых даёт им возможность приобщаться к миру людей в реальном плане. Ребёнок рано начинает обращать внимание на трудовые действия взрослого человека. Его привлекает то, как мама моет посуду, как папа ремонтирует стул, как бабушка печёт пирожки и т.д. Ребёнок начинает подражать взрослым в этих действиях не только в игре, но и в реальной жизни, делая попытки мыть, подметать, стирать и прочее. Овладение трудовыми навыками, трудовой деятельностью, позволяет ребёнку самостоятельно обеспечивать себе жизненно важное функционирование. По мере приобретения трудовых умений обучающиеся приобретают чувство уверенности. Уменьшается опасность не выживания в отсутствии взрослых. Так труд выполняет жизнеобеспечивающую функцию. Наблюдая за вхождением ребёнка в жизнь взрослых, и опираясь на свой практический опыт, пришла к выводу, что нужно организовать кружок «ХОЗЯЮШКА».

Питание — неотъемлемая составная часть жизни. Зачем нужна пища, знает каждый, о хлебе насущном человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он ни занимался. Еда — топливо, на котором работает организм, и знать это топливо, уметь грамотно его использовать должен любой человек.

Пища восполняет энергию, затраченную человеком на какую — либо работу. Чем тяжелее работа, тем больше энергетического материала необходимо компенсировать. За счет пищи организм в достаточно короткие сроки полностью обновляется. Большое значение имеет вид пищи. Пища должна радовать, доставлять удовольствие, возбуждать аппетит. Всем этим занимается наука о приготовлении пищи — КУЛИНАРИЯ. Великие тайны откроются перед теми, кто захочет научиться готовить по всем правилам, превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу.

Умение хорошо, вкусно и быстро готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни, как говорится: «В здоровом теле — здоровый дух!»

Умение приготовить вкусную пищу — необходимо всем. Особенно это

кается женской половины человечества, хотя лучшие повара, по статистике, - мужчины. Девочка, девушка, женщина, мать!!! Научившись приготовлению пищи, оформлению блюд и экономному расходованию продуктов, девочки должны выполнять подобные работы дома, в семье.

Полученные знания помогут накормить семью, принять гостей, а может быть, и сделать первый шаг в выбранной специальности. Способность самим приготовить простейшие блюда вызывает повышенный интерес к работе и приносит удовлетворение результатами труда, побуждает желание к дальнейшим действиям. Наряду с приготовлением пищи будущие хозяйки должны иметь навыки самообслуживания, поэтому в программу входят и другие блоки, связанные с домашним обиходом.

### **Актуальность программы.**

Данная программа служит подготовкой детей к самостоятельной жизни и преодолению трудностей. Сложности социальной адаптации часто ставят непреодолимые барьеры на пути психологического и физического становления личности. Достоинством программы является формирование потребностей в приобретении навыков самообслуживания и взаимопомощи.

#### **Цель программы:**

учить самостоятельности через организацию практической деятельности по самообслуживанию.

#### **Задачи:**

- расширять знания учащихся о разнообразии видов питания;
- вырабатывать практические навыки выполнения различных видов работ по приготовлению пищи, самообслуживанию;
- развивать интерес к кулинарии, эстетический вкус, творческую инициативу;
- формировать чувство сотрудничества и взаимопомощи, настойчивость и терпение во время выполнения практических работ;
- воспитывать уважение к труду других, самостоятельность, трудолюбие, аккуратность.

### **Условия реализации программы.**

1. Взаимоотношение педагога и детей основываются на гуманном сотрудничестве и поддержке, носят личностно-ориентированный характер.
2. Организация занятий «Хозяюшка» строится с учетом разновозрастного комплектования группы.
3. Содержание занятий подбирается, прежде всего, с учетом реальных жизненных событий «семьи», обеспечивается их практическая направленность.
4. Организация образовательного процесса строится с учетом физиологического и психологического возраста ребенка.
5. Планирование и организация учебно-воспитательного процесса осуществляются на диагностической основе.
6. Дифференцированный подход обеспечивается подбором вариативных заданий по одной теме, то есть разнообразием содержания при общей цели.

**Для эффективного усвоения содержания данной программы используются следующие формы и методы работы:**

- занятие (урок), беседа, групповая работа, экскурсии, объяснение, показ, демонстрации, выполнение практических работ, самоанализ, опрос.

**Деятельность программы строится на принципах:**

1. **Креативности** – развивать творчество, фантазию ребенка. Чем шире, образнее и осмысленнее открывает для себя ребенок мир творчества, тем естественнее происходит овладение тем или иным ремеслом.
2. **Коллективности** – введение на занятиях элементов коллективно-творческой деятельности.
3. **Результативности** - творческое отношение к результатам собственного труда и приобщение к прекрасному, глубокое знание технологии того или иного ремесла.

Программа кружка «Хозяюшка» рассчитана на два года обучения детей от 7 до 13 лет. Занятия проходят два раза в неделю по 3 часа, за год выдаётся 216 часов. Наполняемость группы - 15 человек.

**Работа объединения «Хозяюшка» строится по четырем основным блокам:**

1. Формирование навыков создания комфортно-бытовых условий с использованием элементов домашнего дизайна - «Уютный дом».

2.Формирование навыков ручной умелости и бытового самообслуживания - «Чудесные ручки».

3.Формирование элементарных кулинарных навыков и навыков самообслуживания в организации питания - «Царство маленьких поварят».

4.Формирование навыков и умений ухода за собой. Воспитание уверенности в себе – «Если хочешь быть красивой».

### **Календарно-тематический план**

**I-го года обучения.**

#### **Блок- «Уютный дом»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	<b>Организационное собрание, вводный урок</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	<b>Основные правила хорошего тона</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>3</b>	<b>Ты идешь в гости</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>Правила поведения за столом</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>5</b>	<b>Сервируем стол</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>6</b>	<b>Салфетки-украшение стола</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>7</b>	<b>Украшение интерьера</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>8</b>	<b>Умение вести домашнее хозяйство</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>

<b>9</b>	<b>Цветы в нашем доме</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
<b>10</b>	<b>Друзья наши меньшие</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>

### **Содержание I-го блока: «Уютный дом»**

1. Основные правила хорошего тона.
2. Ты идешь в гости или ждешь гостей сама (как вести себя в гостях и принимать их дома).
3. Правила поведения за столом.
4. Сервируем стол.
5. Несколько способов складывания салфеток.
6. Украшение интерьера. (Флористический коллаж).
7. «Умение вести домашнее хозяйство» (стирка, утюжка, уход за обувью, уборка в квартире).
8. Цветы в нашем доме:
  - а) Что нужно зеленым питомцам
  - б) Размещение растений в квартире
  - в) Подбирай цветы по вкусу
  - г) Уход за свежесрезанными цветами
  - д) Пересадка
8. Друзья наши меньшие:
  - а) Твоя собака
  - б) Любимая кошка
  - в) Аквариумные рыбки
  - г) Попугайчики

## II Блок: «Путешествие чудесных ручек»

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика
1	История колющихся предметов	3	3	-
2	Учимся шить	9	1	8
3	Уроки вышивания	9	1	8
4	Истори оторванной пуговицы	3	1	2
5	Сказка о стране вязания	18	3	15
6	Игрушка своими руками	18	3	15
7	Чудеса своими руками	6	2	4

### Содержание II- го блока: «Путешествие чудесных ручек»

1. «История колющихся предметов».

*Задачи:* Раскрыть вместе с детьми очень важные секреты принцессы - иголки, королевы - спицы, графа - ножниц, и т.д.

*Форма:* Занятие - сказка «Путешествие в королевство принцессы - иголки»



*Задачи:* Научить детей работать с нитью, делать красивые узоры, сюжетные картинки. Развивать эстетический вкус, глазомер, мелкую моторику рук. Воспитывать аккуратность, усидчивость.

*Форма:* Ролевая игра. «Украсим комнату для наших кукол».

**2.** «Учимся шить» (ручные швы: «вперед иголку», «через край», «за иголку», «строчка», делаем узелки и т.д.)

*Задачи:* Формировать навыки работы с иголкой. Воспитывать бережное отношение к иголке (взял - убери на место). Закрепить безопасное обращение с иголкой.

**3.** «Уроки вышивания» (виды вышивки, подбор рисунка, вышиваем носовой платочек).

*Задачи:* Научить элементарным навыком вышивания. Воспитывать усидчивость, самостоятельность при постановке цели. *Форма:* «Посиделки».

**4.** «История оторванной пуговицы» (секреты пуговиц, учимся пришивать, делаем узор из пуговиц или мозаику).

*Задачи:* Воспитывать аккуратность умения замечать неполадки в одежде и вовремя и самостоятельно их устранять.

*Форма:* «Занятие - сказка о неряхе».

*Форма:* «В гостях у рукодельницы».

**5.** «Сказка о стране вязания» (знакомство с предметами вязания, с видами вязания, учимся набирать петли и т.д.)

*Задачи:* Расширить знания детей о свойствах ниток. Познакомить с предметами для вязания. Воспитывать усидчивость, развивать интерес к работе, сделанной самостоятельно.

*Форма:* «Диалог с бабушкой рукодельницей».

**6.** «Игрушка своими руками».

*Задачи:* Закрепить все полученные знания работы с иголкой и тканями и др. предметами рукоделия. Развивать творческую фантазию в создании игрушки и её украшения.

*Форма:* Игра «Магазин игрушек».

7. «Чудеса своими руками». (изготовление поделок из природного материала, новогодних украшений)

*Задачи:* Создать условия для детей, проявляя свои творческие способности и умения.

*Форма:* Творческая мастерская

8.«Подарки своими руками».

*Задачи:* Создать условия для детей, проявляя свои творческие способности и умения.

*Форма:* Творческая мастерская.

### **ШБлок:«Путешествие в царство маленьких поварят»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Безопасность при работе с электроприборами	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	«Чай – здоровье	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	Вкусные и полезные	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>«Масленица»-приготовление блинов</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	«Чудесный праздник - женский день»	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>15</b>
<b>6</b>	Весенние салаты	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>
<b>7</b>	<b>Что такое винегрет</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>8</b>	<b>Великолепные бутерброды</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
<b>9</b>	<b>Готовимся к празднику</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>

## Содержание III-го блока: «Путешествие в царство маленьких поварят»

**1.** «Безопасность при работе с электроприборами» (знакомство с электроплитой, вафельницей, холодильником и т.д.)

*Задачи:* Научить безопасности работе с электроприборами.

*Форма:* Беседа.

**2.** «Встреча масленицы» (Печем блины)

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления блинов. Расширить знания о празднике «Масленица».

*Форма:* Встреча праздника «Масленицы».

**3.** «Чай - здоровье» (целебные свойства)

*Задачи:* Расширить знания детей о целебных свойствах чая. Сервировка чайного стола, заваривание различного вида чая.

*Форма:* «Диалог за чашкой чая».

**4.** «Чудеса из печенья» (составляем рецепты из печенья).

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления различных рецептов из печенья.

*Форма:* Театр миниатюр «Чудеса из печенья».

**5.** «Чудесный праздник - женский день» (готовим сюрприз для мам и женщин)

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления различных блюд самостоятельно, соединение фруктовых компонентов в салатах.

*Форма:* Праздничный стол для мамы.

**6.** «Вкусные и полезные».

*Задачи:* Продолжать работу по придумыванию необычного напитка. Познакомить с пользой целебных напитков, коктейлей. Развивать фантазию.

*Форма:* «Конкурс необычного напитка, коктейля».

## 7. «Весенние салаты».

*Задачи:* Дать детям возможность проявить свое творчество и показать свое умение приготовить осенний салат и украсить его.

*Форма:* Конкурс «Маленькие хозяйюшки».

## 8. Что такое винегрет?

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления различных блюд из варенных самостоятельных овощей конкретно приготовление винегрета - фантазия.

*Форма:* Занятие - сказка «Диалог овощей».

## 9. «Великолепные бутерброды»

*Задачи:* Дать детям возможность проявить свое творчество и показать свое умение приготовить бутерброд и украсить его.

*Форма:* Конкурс «Маленькие хозяйюшки».

## 10. «Готовимся к празднику»

*Задачи:* Познакомить детей с рецептами праздничных салатов.

*Форма:* Занятие.

### **IV Блок: «Если хочешь быть красивой»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Как научиться одеваться стильно	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	Роскошные волосы – это просто	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>3</b>	Ты и косметика	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	Уход за зубам. Уход за кожей тела. Уход за ногами.	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

## **Содержание IV-го блока: «Если хочешь быть красивой»**

1. Как научиться одеваться стильно
  - а) Что такое мода? Что такое стиль?
  - б) Выбираем цвет.
  - в) Выбор обуви.
  
2. Роскошные волосы – это просто.
3. Ты и косметика.
4. Уход за зубами.
5. Уход за кожей тела.
6. Уход за ногами.

### **Ожидаемые результаты.**

#### **Дети первого года обучения должны знать:**

- правила этикета поведения в гостях, сервировку стола, вести домашнее хозяйство по самообслуживанию, ухаживать за питомцами;
- правила безопасности при работе с электроприборами, кухонным оборудованием, колющимися предметами, иметь элементарные знания работы со спицами.

#### **Дети первого года обучения должны уметь:**

- во время общения применять правила хорошего тона, поведения, красиво сервировать стол, оформлять флористический коллаж, вести домашнее хозяйство, ухаживать за комнатными растениями, животными;
- применять безопасность при работе с электроприборами, колющимися предметами, затевать простейшие блины, правильно заваривать чай, составлять несложные салаты, напитки, коктейли, бутерброды;
- одеваться со вкусом, ухаживать за своим внешним видом.

### **Календарно-тематический план**

## II-го года обучения.

-

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Организационное занятие. Вводный урок.	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки.	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>
<b>3</b>	Значение яиц в питании. Блюда из яиц.	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>15</b>
<b>4</b>	Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>
<b>5</b>	Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты.	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>
<b>6</b>	Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека.	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
<b>7</b>	Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее. –	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>
<b>8</b>	Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него.	<b>27</b>	<b>3</b>	<b>24</b>
<b>9</b>	Виды теста. Продукты для приготовления теста	<b>48</b>	<b>9</b>	<b>39</b>
<b>10</b>	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>

## **Содержание разделов программы второго года обучения.**

### **1. Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии. – 3 ч.**

Организация коллектива. Игры на знакомство. Содержание программы кружка. Расписание занятий. Правила внутреннего распорядка и правила безопасной работы при приготовлении блюд. Правила санитарии и гигиены.

### **2. Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки. – 24 ч.**

Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Значение хлеба в питании человека. Способы обработки продуктов для приготовления бутербродов. Способы нарезки продуктов для бутербродов.

Виды бутербродов. Технология приготовления простых бутербродов. Подача их к столу. Горячие напитки. Русский чай. Заваривание чая.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление бутербродов простых:
  - бутерброд со сливочным маслом и сыром
  - бутерброд с вареной колбасой
  - бутерброд с вареньем, джемом
- 2) приготовление чая.

### **3. Значение яиц в питании. Блюда из яиц. – 21 ч.**

Значение яиц в питании человека. Использование яиц в кулинарии. Способы определения свежести яиц. Хранение яиц. Технология приготовления отварных яиц и яичниц.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление отварных яиц: всмятку, вкрутую
- 2) приготовление яичницы — глазуньи
- 3) приготовление яичницы с гарниром.

### **4. Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки. – 30 ч.**

Понятие о пищевой ценности овощей. Виды овощей, используемых в кулинарии. Сохранность питательных веществ в овощах при кулинарной обработке. Назначение и правила первичной обработки овощей (сортировка, мойка, очистка, промывание, нарезка). Способы и формы нарезки.

Кулинарное использование различных форм нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых овощей. Виды салатов. Технология приготовления салатов из свежих овощей. Заправка овощных салатов. Оформление салатов. Подача к столу.

**Практическая работа:**

- 1) нарезка овощей для салатов, фигурная нарезка;
- 2) приготовление салата из свежих овощей: огурцов и лука;
- 3) приготовление салата из свежих овощей: морковь с чесноком;
- 4) приготовление салата с использованием яиц: зеленый лук, редис и яйца.

**5. Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты. – 15 ч.**

Значение молока и молочных продуктов в питании человека. Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Питательная ценность молока. Способы определения качества молока. Сроки хранения молока. Санитарно-гигиенические требования при приготовлении блюд из молока. Технология приготовления молочных супов и каш.

**Практическая работа:**

- 1) приготовление молочного супа с рисом
- 2) приготовление молочной жидкой каши - пшенной с изюмом
- 3) приготовление молочной лапши.

**6. Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека. – 12 ч.**

Виды круп. Их первичная обработка. Виды макаронных изделий и их первичная обработка. Правила варки крупяных рассыпчатых, вязких и жидких каш. Технология приготовления каш. Способы варки макаронных изделий. Процессы, происходящие при варке круп и макаронных изделий. Причины увеличения объема при варке. Соотношение крупы и макаронных изделий и жидкости при варке. Технология приготовления каш и макарон.

**Практическая работа:**

- 1) подготовка круп и макарон к тепловой обработке
- 2) приготовление рассыпчатой гречневой каши
- 3) приготовление отварных макарон с овощами.

**7. Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее. – 18 ч.**

Понятие о пищевой ценности рыбы. Условие хранения рыбы. Признаки доброкачественной рыбы (по запаху, по цвету жабр, по глазам...). Первичная обработка рыбы. Правила оттаивания рыбы мороженой. Вымачивание соленой рыбы. Способы разделки рыбы. Разделка соленой рыбы. Способы



тепловой обработки рыбы. Правила варки рыбы. Технология приготовления супов из рыбы, а также вторых блюд из вареной рыбы.

**Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности рыбы, оттаивание и первичная обработка свежемороженой рыбы
- 2) разделка соленой рыбы
- 3) приготовление супа рыбного
- 4) приготовление рыбы под соусом

**8. Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него. – 27 ч.**

Значение и место мясных блюд в питании. Понятие о пищевой ценности мяса. Виды мяса (говядина, свинина, баранина, телятина ...). Доброкачественность мяса (по цвету, по запаху ...). Санитарные условия первичной обработки мяса. Правила оттаивания мороженого мяса. Способы разделки мяса. Правила варки мяса для вторых блюд. Принципы подбора гарнира к мясным блюдам. Технология приготовления блюд из отварного мяса.

**Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности мяса, первичная обработка мороженого мяса
- 2) приготовление мясного супа с вермишелью
- 3) приготовление отварной говядины с картофельным пюре.

**9. Виды теста. Продукты для приготовления теста. – 48 ч.**

Питательная ценность хлебобулочных изделий, виды теста. Основные и дополнительные продукты для приготовления теста. Определение качества муки (по цвету, запаху, вкусу и влажности). Разрыхлители теста (дрожжи, сода, взбивание). Ароматические добавки. Пресное тесто. Основные изделия из этого теста. Способы приготовления теста для блинов и оладий. Технология выпечки блинов и оладий. Подача блинов к столу. Песочное тесто. Основные изделия из этого теста. Правила приготовления песочного теста. Дефекты приготовления, причины. Приготовление теста для печенья. Технология приготовления печенья.

**Практическая работа:**

1. определение качества муки по цвету, запаху, вкусу и влажности
- 2) приготовление и выпечка блинов скороспелых
- 3) приготовление блинчиков с творогом
- 4) приготовление оладий с яблоками

- 5) приготовление песочного печенья «Мечта»
- 6) приготовление песочного печенья «золотистое»

#### **10. Холодные сладкие блюда. Питательная ценность. – 18 ч.**

Сахар, его роль в кулинарии и в питании человека. Технология приготовления компота из свежих и сушеных фруктов и ягод. Виды крахмала и его свойства. Технология приготовления киселей различной консистенции (жидкий, средний, густой).

##### **Практическая работа:**

- 1) приготовление компота из сухофруктов
  - 2) приготовление киселя клюквенного
- 
- 1) сушка яблок, зелени, лекарственных трав
  - 2) замораживание фруктов

##### **Ожидаемые результаты.**

##### **Дети второго года обучения должны знать:**

- общие сведения о процессе пищеварения;
- правила санитарии и гигиены при санитарной обработке продуктов; приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями;
- виды бутербродов и горячих напитков;
- способы определения свежести яиц;
- виды овощей правила первичной обработки овощей;
- о кулинарном значении молока, способы определения качества молока;
- правила варки крупяных каш и макаронных изделий
- общие сведения о пищевой ценности рыбы, методы определения качества рыбы, способы первичной обработки рыбы, правила варки;
- понятие о пищевой ценности мяса, способы определения качества мяса, способы первичной обработки мяса, правила варки;
- способы определения качества муки, питательную ценность изделий из теста, виды разрыхлителей, виды теста ;
- кулинарные свойства крахмала, приготовления киселя.

## 2. Дети второго года обучения должны уметь:

- работать с кухонным оборудованием, определять качество продуктов (овощей, яиц, молока, рыбы, мяса) и производить первичную обработку, работать с бытовыми электроприборами, мыть посуду, применять моющие средства ;
- выполнять нарезку овощей;
- готовить блюда из сырых овощей, яиц, молока, круп и макаронных изделий, рыбы, мяса;
- приготавливать тесто и выпекать блины, оладьи, печенье;
- сушить ягоды, фрукты, овощи и замораживать их .

## Литература.

1. Учебники «Технология» под. ред. Симоненко 5-7 кл., М Вента - Графф, 2001
2. Учебник «Обслуживающий труд» А.Я. Лазбина 4-8 кл., М: Просвещение 1983
3. Кулинария. Ермакова В.И., М: Просвещение. 1983
4. Разносолы деревенской кухни. Голованов А.Э., М: Росаграпром - издат 1989
5. Программа ср. общеобразовательных учреждений «Технология» 5-11 кл., М: Просвещение 1996

а

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного  
образования детей Домтворчества Спасского района

«Утверждаю»

Директор МБОУ ДОД ДДТ

Гулина Т.В.

29 августа 2017 г.

**Адаптированная образовательная программа  
объединения  
«Хозяюшка»**

(программа составлена на основании адаптированных рабочих программ:  
Кузиной Надежды Ивановны – Нижегородская область, с.Шутилово и  
Назимовой Людмилы Николаевны- «Бежецкая школа- интернат» )

Программа принята

педагогическим советом

МБОУ ДО ДТ

Протокол №1

От 29 августа 2017 года

Продолжительность освоения программы- 2 года

Возрастной диапазон: 7-13 лет

Образовательная область: художественно - эстетическая

Уровень освоения программы - общекультурный

Форма образовательного процесса - групповая, индивидуальная.

Педагог дополнительного образования:

Гузеватова Елена Александровна

## СОДЕРЖАНИЕ

XIV. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

XV. Актуальность программы

XVI. Цель программы

XVII. Задачи программы

XVIII. Условия реализации программы

XIX. Формы и методы работы. Принципы работы

XX. Календарно- тематический план 1-го года обучения

XXI. Содержание программы 1-го года обучения

XXII. Ожидаемые результаты 1-го года обучения

XXIII. Календарно -тематический план 2-го года обучения

XXIV. Содержание программы 2-го года обучения

XXV. Ожидаемые результаты 2-го года обучения

XXVI. Список литературы

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Приобщение ребёнка к миру взрослых, их деятельности, к чувствам и переживаниям существовало с древних времён. Во все времена матери и отцы учили, учат и будут учить своих детей тому, что на их взгляд пригодится им в жизни и что они знают и умеют сами. Если же говорить об этой проблеме с точки зрения педагогической науки, то отношение к проблеме приобщения детей к социальной действительности, к её целям, содержанию, методам менялось на протяжении большого отрезка времени. Между тем, именно участие детей в жизни взрослых даёт им возможность приобщаться к миру людей в реальном плане. Ребёнок рано начинает обращать внимание на трудовые действия взрослого человека. Его привлекает то, как мама моет посуду, как папа ремонтирует стул, как бабушка печёт пирожки и т.д. Ребёнок начинает подражать взрослым в этих действиях не только в игре, но и в реальной жизни, делая попытки мыть, подметать, стирать и прочее. Овладение трудовыми навыками, трудовой деятельностью, позволяет ребёнку самостоятельно обеспечивать себе жизненно важное функционирование. По мере приобретения трудовых умений обучающиеся приобретают чувство уверенности. Уменьшается опасность не выживания в отсутствии взрослых. Так труд выполняет жизнеобеспечивающую функцию. Наблюдая за вхождением ребёнка в жизнь взрослых, и опираясь на свой практический опыт, пришла к выводу, что нужно организовать кружок «ХОЗЯЮШКА».

Питание — неотъемлемая составная часть жизни. Зачем нужна пища, знает каждый, о хлебе насущном человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он ни занимался. Еда — топливо, на котором работает организм, и знать это топливо, уметь грамотно его использовать должен любой человек.

Пища восполняет энергию, затраченную человеком на какую — либо работу. Чем тяжелее работа, тем больше энергетического материала необходимо компенсировать. За счет пищи организм в достаточно короткие сроки полностью обновляется. Большое значение имеет вид пищи. Пища должна радовать, доставлять удовольствие, возбуждать аппетит. Всем этим занимается наука о приготовлении пищи — КУЛИНАРИЯ. Великие тайны откроются перед теми, кто захочет научиться готовить по всем правилам, превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу.

Умение хорошо, вкусно и быстро готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни, как говорится: «В здоровом теле — здоровый дух!»

Умение приготовить вкусную пищу — необходимо всем. Особенно это касается женской половины человечества, хотя лучшие повара, по статистике, — мужчины. Девочка, девушка, женщина, мать!!! Научившись приготовлению пищи, оформлению блюд и экономному расходованию продуктов, девочки должны выполнять подобные работы дома, в семье.

Полученные знания помогут накормить семью, принять гостей, а может быть, и сделать первый шаг в выбранной специальности. Способность самим приготовить простейшие блюда вызывает повышенный интерес к работе и приносит удовлетворение результатами труда, побуждает желание к дальнейшим действиям. Наряду с приготовлением пищи будущие хозяйки должны иметь навыки самообслуживания, поэтому в программу входят и другие блоки, связанные с домашним обиходом.

### **Актуальность программы.**

Данная программа служит подготовкой детей к самостоятельной жизни и преодолению трудностей. Сложности социальной адаптации часто ставят непреодолимые барьеры на пути психологического и физического становления личности. Достоинством программы является формирование потребностей в приобретении навыков самообслуживания и взаимопомощи.

### **Цель программы:**

учить самостоятельности через организацию практической деятельности по самообслуживанию.

### **Задачи:**

- расширять знания учащихся о разнообразии видов питания;
- вырабатывать практические навыки выполнения различных видов работ по приготовлению пищи, самообслуживанию;
- развивать интерес к кулинарии, эстетический вкус, творческую инициативу;
- формировать чувство сотрудничества и взаимопомощи, настойчивость и терпение во время выполнения практических работ;
- воспитывать уважение к труду других, самостоятельность, трудолюбие, аккуратность.

## **Условия реализации программы.**

7. Взаимоотношение педагога и детей основываются на гуманном сотрудничестве и поддержке, носят личностно-ориентированный характер.
8. Организация занятий «Хозяюшка» строится с учетом разновозрастного комплектования группы.
9. Содержание занятий подбирается, прежде всего, с учетом реальных жизненных событий «семьи», обеспечивается их практическая направленность.
10. Организация образовательного процесса строится с учетом физиологического и психологического возраста ребенка.
11. Планирование и организация учебно-воспитательного процесса осуществляются на диагностической основе.
12. Дифференцированный подход обеспечивается подбором вариативных заданий по одной теме, то есть разнообразием содержания при общей цели.

**Для эффективного усвоения содержания данной программы используются следующие формы и методы работы:**

- занятие (урок), беседа, групповая работа, экскурсии, объяснение, показ, демонстрации, выполнение практических работ, самоанализ, опрос.

**Деятельность программы строится на принципах:**

4. **Креативности** – развивать творчество, фантазию ребенка. Чем шире, образнее и осмысленнее открывает для себя ребенок мир творчества, тем естественнее происходит овладение тем или иным ремеслом.
5. **Коллективности** – введение на занятиях элементов коллективно-творческой деятельности.
6. **Результативности** - творческое отношение к результатам собственного труда и приобщение к прекрасному, глубокое знание технологии того или иного ремесла.

Программа кружка «Хозяюшка» рассчитана на два года обучения детей от 7 до 13 лет. Занятия проходят два раза в неделю по 3 часа, за год выдаётся 216 часов. Наполняемость группы - 15 человек.

**Работа объединения «Хозяюшка» строится по четырем основным блокам:**

1. Формирование навыков создания комфортно-бытовых условий с использованием элементов домашнего дизайна - «Уютный дом».



2.Формирование навыков ручной умелости и бытового самообслуживания - «Чудесные ручки».

3.Формирование элементарных кулинарных навыков и навыков самообслуживания в организации питания - «Царство маленьких поварят».

4.Формирование навыков и умений ухода за собой. Воспитание уверенности в себе – «Если хочешь быть красивой».

### **Календарно-тематический план**

**I-го года обучения.**

#### **Блок- «Уютный дом»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	<b>Организационное собрание, вводный урок</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	<b>Основные правила хорошего тона</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>3</b>	<b>Ты идешь в гости</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>Правила поведения за столом</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>5</b>	<b>Сервируем стол</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>6</b>	<b>Салфетки-украшение стола</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>7</b>	<b>Украшение интерьера</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>8</b>	<b>Умение вести домашнее хозяйство</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>

<b>9</b>	<b>Цветы в нашем доме</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
<b>10</b>	<b>Друзья наши меньшие</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>

### **Содержание I-го блока: «Уютный дом»**

1. Основные правила хорошего тона.
2. Ты идешь в гости или ждешь гостей сама (как вести себя в гостях и принимать их дома).
3. Правила поведения за столом.
4. Сервируем стол.
5. Несколько способов складывания салфеток.
6. Украшение интерьера. (Флористический коллаж).
7. «Умение вести домашнее хозяйство» (стирка, утюжка, уход за обувью, уборка в квартире).
8. Цветы в нашем доме:
  - а) Что нужно зеленым питомцам
  - б) Размещение растений в квартире
  - в) Подбирай цветы по вкусу
  - г) Уход за свежесрезанными цветами
  - д) Пересадка
8. Друзья наши меньшие:
  - а) Твоя собака
  - б) Любимая кошка
  - в) Аквариумные рыбки
  - г) Попугайчики

## II Блок: «Путешествие чудесных ручек»

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика
1	История колющихся предметов	3	3	-
2	Учимся шить	9	1	8
3	Уроки вышивания	9	1	8
4	История оторванной пуговицы	3	1	2
5	Сказка о стране вязания	18	3	15
6	Игрушка своими руками	18	3	15
7	Чудеса своими руками	6	2	4

### Содержание II- го блока: «Путешествие чудесных ручек»

1. «История колющихся предметов».

*Задачи:* Раскрыть вместе с детьми очень важные секреты принцессы - иголки, королевы - спицы, графа - ножниц, и т.д.

*Форма:* Занятие - сказка «Путешествие в королевство принцессы - иголки»

*Задачи:* Научить детей работать с нитью, делать красивые узоры, сюжетные картинки. Развивать эстетический вкус, глазомер, мелкую моторику рук. Воспитывать аккуратность, усидчивость.

*Форма:* Ролевая игра. «Украсим комнату для наших кукол».

**2.** «Учимся шить» (ручные швы: «вперед иголку», «через край», «за иголку», «строчка», делаем узелки и т.д.)

*Задачи:* Формировать навыки работы с иголкой. Воспитывать бережное отношение к иголке (взял - убери на место). Закрепить безопасное обращение с иголкой.

**3.** «Уроки вышивания» (виды вышивки, подбор рисунка, вышиваем носовой платочек).

*Задачи:* Научить элементарным навыком вышивания. Воспитывать усидчивость, самостоятельность при постановке цели. *Форма:* «Посиделки».

**4.** «История оторванной пуговицы» (секреты пуговиц, учимся пришивать, делаем узор из пуговиц или мозаику).

*Задачи:* Воспитывать аккуратность умения замечать неполадки в одежде и вовремя и самостоятельно их устранять.

*Форма:* «Занятие - сказка о неряхе».

*Форма:* «В гостях у рукодельницы».

**5.** «Сказка о стране вязания» (знакомство с предметами вязания, с видами вязания, учимся набирать петли и т.д.)

*Задачи:* Расширить знания детей о свойствах ниток. Познакомить с предметами для вязания. Воспитывать усидчивость, развивать интерес к работе, сделанной самостоятельно.

*Форма:* «Диалог с бабушкой рукодельницей».

**6.** «Игрушка своими руками».

*Задачи:* Закрепить все полученные знания работы с иголкой и тканями и др. предметами рукоделия. Развивать творческую фантазию в создании игрушки и её украшения.

*Форма:* Игра «Магазин игрушек».

7. «Чудеса своими руками». (изготовление поделок из природного материала, новогодних украшений)

*Задачи:* Создать условия для детей, проявляя свои творческие способности и умения.

*Форма:* Творческая мастерская

8.«Подарки своими руками».

*Задачи:* Создать условия для детей, проявляя свои творческие способности и умения.

*Форма:* Творческая мастерская.

### **ШБлок:«Путешествие в царство маленьких поварят»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Безопасность при работе с электроприборами	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	«Чай – здоровье	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	Вкусные и полезные	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>«Масленица»-приготовление блинов</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	«Чудесный праздник - женский день»	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>15</b>
<b>6</b>	Весенние салаты	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>
<b>7</b>	<b>Что такое винегрет</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>8</b>	<b>Великолепные бутерброды</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
<b>9</b>	<b>Готовимся к празднику</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>

## **Содержание III-го блока: «Путешествие в царство маленьких поварят»**

**1.** «Безопасность при работе с электроприборами» (знакомство с электроплитой, вафельницей, холодильником и т.д.)

*Задачи:* Научить безопасности работе с электроприборами.

*Форма:* Беседа.

**2.** «Встреча масленицы» (Печем блины)

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления блинов. Расширить знания о празднике «Масленица».

*Форма:* Встреча праздника «Масленицы».

**3.** «Чай - здоровье» (целебные свойства)

*Задачи:* Расширить знания детей о целебных свойствах чая. Сервировка чайного стола, заваривание различного вида чая.

*Форма:* «Диалог за чашкой чая».

**4.** «Чудеса из печенья» (составляем рецепты из печенья).

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления различных рецептов из печенья.

*Форма:* Театр миниатюр «Чудеса из печенья».

**5.** «Чудесный праздник - женский день» (готовим сюрприз для мам и женщин)

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления различных блюд самостоятельно, соединение фруктовых компонентов в салатах.

*Форма:* Праздничный стол для мамы.

**6.** «Вкусные и полезные».

*Задачи:* Продолжать работу по придумыванию необычного напитка. Познакомить с пользой целебных напитков, коктейлей. Развивать фантазию.

*Форма:* «Конкурс необычного напитка, коктейля».

## 7. «Весенние салаты».

*Задачи:* Дать детям возможность проявить свое творчество и показать свое умение приготовить осенний салат и украсить его.

*Форма:* Конкурс «Маленькие хозяйюшки».

## 8. Что такое винегрет?

*Задачи:* Показать детям возможность приготовления различных блюд из варенных самостоятельных овощей конкретно приготовление винегрета - фантазия.

*Форма:* Занятие - сказка «Диалог овощей».

## 9. «Великолепные бутерброды»

*Задачи:* Дать детям возможность проявить свое творчество и показать свое умение приготовить бутерброд и украсить его.

*Форма:* Конкурс «Маленькие хозяйюшки».

## 10. «Готовимся к празднику»

*Задачи:* Познакомить детей с рецептами праздничных салатов.

*Форма:* Занятие.

## **IV Блок: «Если хочешь быть красивой»**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Как научиться одеваться стильно	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	Роскошные волосы – это просто	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>3</b>	Ты и косметика	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	Уход за зубам. Уход за кожей тела. Уход за ногами.	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

## **Содержание IV-го блока: «Если хочешь быть красивой»**

1. Как научиться одеваться стильно
  - а) Что такое мода? Что такое стиль?
  - б) Выбираем цвет.
  - в) Выбор обуви.

2. Роскошные волосы – это просто.

3. Ты и косметика.

4. Уход за зубами.

5. Уход за кожей тела.

6. Уход за ногами.

### **Ожидаемые результаты.**

#### **Дети первого года обучения должны знать:**

- правила этикета поведения в гостях, сервировку стола, вести домашнее хозяйство по самообслуживанию, ухаживать за питомцами;

- правила безопасности при работе с электроприборами, кухонным оборудованием, колющими предметами, иметь элементарные знания работы со спицами.

#### **Дети первого года обучения должны уметь:**

- во время общения применять правила хорошего тона, поведения, красиво сервировать стол, оформлять флористический коллаж, вести домашнее хозяйство, ухаживать за комнатными растениями, животными;

- применять безопасность при работе с электроприборами, колющими предметами, затеивать простейшие блины, правильно заваривать чай, составлять несложные салаты, напитки, коктейли, бутерброды;

- одеваться со вкусом, ухаживать за своим внешним видом.

### **Календарно-тематический план**



## II-го года обучения.

-

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Организационное занятие. Вводный урок.	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<b>2</b>	Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки.	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>
<b>3</b>	Значение яиц в питании. Блюда из яиц.	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>15</b>
<b>4</b>	Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>
<b>5</b>	Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты.	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>
<b>6</b>	Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека.	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
<b>7</b>	Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее. –	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>
<b>8</b>	Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него.	<b>27</b>	<b>3</b>	<b>24</b>
<b>9</b>	Виды теста. Продукты для приготовления теста	<b>48</b>	<b>9</b>	<b>39</b>
<b>10</b>	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>

## **Содержание разделов программы второго года обучения.**

### **1. Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии. – 3 ч.**

Организация коллектива. Игры на знакомство. Содержание программы кружка. Расписание занятий. Правила внутреннего распорядка и правила безопасной работы при приготовлении блюд. Правила санитарии и гигиены.

### **2. Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки. – 24 ч.**

Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Значение хлеба в питании человека. Способы обработки продуктов для приготовления бутербродов. Способы нарезки продуктов для бутербродов.

Виды бутербродов. Технология приготовления простых бутербродов. Подача их к столу. Горячие напитки. Русский чай. Заваривание чая.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление бутербродов простых:
  - бутерброд со сливочным маслом и сыром
  - бутерброд с вареной колбасой
  - бутерброд с вареньем, джемом
- 2) приготовление чая.

### **3. Значение яиц в питании. Блюда из яиц. – 21 ч.**

Значение яиц в питании человека. Использование яиц в кулинарии. Способы определения свежести яиц. Хранение яиц. Технология приготовления отварных яиц и яичниц.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление отварных яиц: всмятку, вкрутую
- 2) приготовление яичницы — глазуньи
- 3) приготовление яичницы с гарниром.

### **4. Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки. – 30 ч.**

Понятие о пищевой ценности овощей. Виды овощей, используемых в кулинарии. Сохранность питательных веществ в овощах при кулинарной обработке. Назначение и правила первичной обработки овощей (сортировка, мойка, очистка, промывание, нарезка). Способы и формы нарезки.

Кулинарное использование различных форм нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых овощей. Виды салатов. Технология приготовления салатов из свежих овощей. Заправка овощных салатов. Оформление салатов. Подача к столу.

**Практическая работа:**

- 1) нарезка овощей для салатов, фигурная нарезка;
- 2) приготовление салата из свежих овощей: огурцов и лука;
- 3) приготовление салата из свежих овощей: морковь с чесноком;
- 4) приготовление салата с использованием яиц: зеленый лук, редис и яйца.

**5. Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты. – 15 ч.**

Значение молока и молочных продуктов в питании человека. Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Питательная ценность молока. Способы определения качества молока. Сроки хранения молока. Санитарно-гигиенические требования при приготовлении блюд из молока. Технология приготовления молочных супов и каш.

**Практическая работа:**

- 1) приготовление молочного супа с рисом
- 2) приготовление молочной жидкой каши - пшенной с изюмом
- 3) приготовление молочной лапши.

**6. Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека. – 12 ч.**

Виды круп. Их первичная обработка. Виды макаронных изделий и их первичная обработка. Правила варки крупяных рассыпчатых, вязких и жидких каш. Технология приготовления каш. Способы варки макаронных изделий. Процессы, происходящие при варке круп и макаронных изделий. Причины увеличения объема при варке. Соотношение крупы и макаронных изделий и жидкости при варке. Технология приготовления каш и макарон.

**Практическая работа:**

- 1) подготовка круп и макарон к тепловой обработке
- 2) приготовление рассыпчатой гречневой каши
- 3) приготовление отварных макарон с овощами.

**7. Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее. – 18 ч.**

Понятие о пищевой ценности рыбы. Условие хранения рыбы. Признаки доброкачественной рыбы (по запаху, по цвету жабр, по глазам...). Первичная обработка рыбы. Правила оттаивания рыбы мороженой. Вымачивание соленой рыбы. Способы разделки рыбы. Разделка соленой рыбы. Способы

тепловой обработки рыбы. Правила варки рыбы. Технология приготовления супов из рыбы, а также вторых блюд из вареной рыбы.

**Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности рыбы, оттаивание и первичная обработка свежемороженой рыбы
- 2) разделка соленой рыбы
- 3) приготовление супа рыбного
- 4) приготовление рыбы под соусом

**8. Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него. – 27 ч.**

Значение и место мясных блюд в питании. Понятие о пищевой ценности мяса. Виды мяса (говядина, свинина, баранина, телятина ...). Доброкачественность мяса (по цвету, по запаху ...). Санитарные условия первичной обработки мяса. Правила оттаивания мороженого мяса. Способы разделки мяса. Правила варки мяса для вторых блюд. Принципы подбора гарнира к мясным блюдам. Технология приготовления блюд из отварного мяса.

**Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности мяса, первичная обработка мороженого мяса
- 2) приготовление мясного супа с вермишелью
- 3) приготовление отварной говядины с картофельным пюре.

**9. Виды теста. Продукты для приготовления теста. – 48 ч.**

Питательная ценность хлебобулочных изделий, виды теста. Основные и дополнительные продукты для приготовления теста. Определение качества муки (по цвету, запаху, вкусу и влажности). Разрыхлители теста (дрожжи, сода, взбивание). Ароматические добавки. Пресное тесто. Основные изделия из этого теста. Способы приготовления теста для блинов и оладий. Технология выпечки блинов и оладий. Подача блинов к столу. Песочное тесто. Основные изделия из этого теста. Правила приготовления песочного теста. Дефекты приготовления, причины. Приготовление теста для печенья. Технология приготовления печенья.

**Практическая работа:**

2. определение качества муки по цвету, запаху, вкусу и влажности
- 2) приготовление и выпечка блинов скороспелых
- 3) приготовление блинчиков с творогом
- 4) приготовление оладий с яблоками

- 5) приготовление песочного печенья «Мечта»
- 6) приготовление песочного печенья «золотистое»

#### **10. Холодные сладкие блюда. Питательная ценность. – 18 ч.**

Сахар, его роль в кулинарии и в питании человека. Технология приготовления компота из свежих и сушеных фруктов и ягод. Виды крахмала и его свойства. Технология приготовления киселей различной консистенции (жидкий, средний, густой).

##### **Практическая работа:**

- 1) приготовление компота из сухофруктов
  - 2) приготовление киселя клюквенного
- 
- 1) сушка яблок, зелени, лекарственных трав
  - 2) замораживание фруктов

##### **Ожидаемые результаты.**

##### **Дети второго года обучения должны знать:**

- общие сведения о процессе пищеварения;
- правила санитарии и гигиены при санитарной обработке продуктов; приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями;
- виды бутербродов и горячих напитков;
- способы определения свежести яиц;
- виды овощей правила первичной обработки овощей;
- о кулинарном значении молока, способы определения качества молока;
- правила варки крупяных каш и макаронных изделий
- общие сведения о пищевой ценности рыбы, методы определения качества рыбы, способы первичной обработки рыбы, правила варки;
- понятие о пищевой ценности мяса, способы определения качества мяса, способы первичной обработки мяса, правила варки;
- способы определения качества муки, питательную ценность изделий из теста, виды разрыхлителей, виды теста ;
- кулинарные свойства крахмала, приготовления киселя.

## 2. Дети второго года обучения должны уметь:

- работать с кухонным оборудованием, определять качество продуктов (овощей, яиц, молока, рыбы, мяса) и производить первичную обработку, работать с бытовыми электроприборами, мыть посуду, применять моющие средства ;
- выполнять нарезку овощей;
- готовить блюда из сырых овощей, яиц, молока, круп и макаронных изделий, рыбы, мяса;
- приготавливать тесто и выпекать блины, оладьи, печенье;
- сушить ягоды, фрукты, овощи и замораживать их .

## Литература.

1. Учебники «Технология» под. ред. Симоненко 5-7 кл., М Вента - Графф, 2001
2. Учебник «Обслуживающий труд» А.Я. Лазбина 4-8 кл., М: Просвещение 1983
3. Кулинария. Ермакова В.И., М: Просвещение. 1983
4. Разносолы деревенской кухни. Голованов А.Э., М: Росагпропром - издат 1989
5. Программа ср. общеобразовательных учреждений «Технология» 5-11 кл., М: Просвещение 1996



