





Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2  
Ровеньского района Белгородской области»

<p>«Рассмотрена» Руководитель МО учителей среднего общего образования МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2»  Становская С.В. Протокол № 1 от 30 августа 2021 г.</p>	<p>«Согласована» Заместитель директора МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2»  Дегтярева И.В. 30 августа 2021 г.</p>	<p>«Утверждена» Приказ МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2» от 30 августа 2021 г. №327  Волочаева М.В.</p> 
---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«Традиции русской кухни»**  
1 год обучения  
Возраст обучающихся: 16-17 лет

Педагог дополнительного образования:  
Иляшенко И.С.

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1 Направленность (профиль) программы.

Программа дополнительного образования «Традиции русской кухни» относится к технической направленности, профиль – производственный, вид деятельности – кулинария. Программа разработана в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам», Письмом Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 и методическими рекомендациями по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, в строгом соблюдении требований СанПин 2.4.4.3172-14., в соответствии с рекомендациями Государственной программы "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы".

## •1.2. Актуальность программы.

Известно, как быстро дети привыкают к фаст-фуду, получившему вопреки здравому смыслу, большую популярность среди подростков и молодёжи. В связи с этим возникает необходимость знакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре, формировать навыки и умения приготовления основных блюд русской, славянской кухни и кухни некоторых народов мира развивая терпение, настойчивость, трудолюбие;

Программа построена по принципу поэтапного усложнения и расширения объема сведений, с учетом преемственности планирования тем на весь курс обучения. Такой принцип позволяет повторять и закреплять полученные знания и умения в течении первого года, а далее дополнять их новыми сведениями и умениями.

## 1.3. Отличительные особенности программы заложены в идее комплексного подхода в использовании народного календаря в сочетании с приобретением навыков и умений приготовления основных блюд русской кухни. Центральное место на занятиях занимает практическая работа. Кроме непосредственно практической работы, определенное время отводится на приобретение школьниками знаний познавательного характера, они изучают технику безопасности и санитарно – гигиенические требования к занятиям кулинарией. Учащиеся знакомятся с разнообразными технологиями кулинарии и осваивают технологию приготовления блюд кулинарных и кондитерских изделий, требующих простой кулинарной обработки, расширяя свой трудовой опыт, приучаются к самообслуживанию.

## •1.4. Адресат программы

Возрастной диапазон программы: обучение осуществляется с детьми 16-17 лет. Количество учащихся в группах: до 10 человек.

### 1.5. Объём программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы «Традиции русской кухни» - 102 часа.

### 1.6. Формы организации образовательного процесса и виды занятий

Основной формой занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Традиции русской кухни» является *групповое* занятие с индивидуальным подходом.

В процессе обучения используются следующие *виды работы*:

- игра;
- практическое тематическое занятие
- беседа;
- кулинарный мастер - класс

Руководствуясь ФЗ 273 ст.44 «Права, обязанности и ответственность в сфере образования родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся», часть занятий спланирована таким образом, чтобы дети и родители смогли ощутить себя полноправными участниками событий, происходящих внутри объединения, а также во время коллективного посещения музеев, выставок, праздников, фестивалей. Благотворное влияние оказывает присутствие родителей в мастерской народной игрушки, когда любой ребёнок может обратиться за помощью к любому взрослому и получить её. Укреплению семейных отношений способствует и совместная подготовка к народным праздникам. Участие родителей приводит к повышению их авторитета в глазах собственных детей, когда последние открывают для себя новое в тех людях, которые всегда рядом, но не всегда открыты для детей.

### 1.7 Срок освоения программы

Продолжительность обучения по программа «Традиции русской кухни»– 34 недели (102 часа)

Возраст обучающихся: 16 - 17 лет. Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

### 1.8 Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 часа.

**Целью** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Традиции русской кухни» является приобщение к народным традициям многонациональной России посредством вовлечения учащегося в традиционную культуру национальной кухни, способствующее раскрытию творческого потенциала и социализации ребёнка.

#### ○ **Обучающие:**

○ дать воспитанникам представление о традиционных национальных блюдах; формировать у детей широкую, целостную научную картину мира, историческое мышление; расширять его кругозор

#### ○ **Развивающие**

○ развивать у воспитанников монологическую речь, логическое мышление, внимание, память;

#### ○ **Воспитательная:**

○ воспитывать у детей уважение к традициям народов России, культуру поведения, умение сообща работать в коллективе.

Планируемые результаты дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Традиции русской кухни»:

**знают:**

- рецептуру технологии приготовления, требования к качеству, сроки и условия хранения блюд и кулинарных изделий;
- виды, свойства и кулинарное назначение картофеля, овощей, грибов, круп, макаронных изделий, творога, яиц, теста, консервов и других продуктов;
- признаки и методы определения доброкачественности продуктов;
- правила, приемы и последовательность выполнения операций по подготовке продуктов к тепловой обработке;
- назначение, правила пользования технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, посудой и правила ухода за ними;
- рациональную организацию труда на своем рабочем месте;
- безопасные и санитарные требования к труду;
- этику поведения в различных общественных местах, дома, в гостях;
- правила общения;
- элементы культуры и традиции родного края.

**умеют:**

- приготавливать блюда и кулинарные изделия, требующие простой кулинарной обработки;
  - варить картофель, овощи каши, бобовые и макаронные изделия, яйца;
  - жарить картофель, овощи, изделия из котлетной массы (овощной, рыбной, мясной), блины, оладьи, блинчики;
  - запекать овощи и крупяные изделия;
  - процеживать, замешивать, измельчать, формировать, фаршировать, начинять изделия;
  - приготавливать бутерброды, блюда из полуфабрикатов, консервов и концентратов;
  - уметь работать со специальной литературой;
  - сервировать стол к чаю, к обеду, завтраку.
  - уметь работать в группе, коллективе, правильно начинать и поддерживать общение в процессе освоения программы;
- предъявлять публично результаты творческого познания в сфере быта, народных традиций, в искусстве приготовления вкусной и здоровой пищи.

**Личностные результаты:**

*Программные требования к уровню воспитанности:*

В результате реализации программы у обучающихся воспитывается:

- чувство коллективизма, особенно при подготовке праздников, коллективных творческих дел, участии коллектива в городских мероприятиях;
- нравственное отношение к окружающим (уважение к старшим,

внимательное отношение к младшим и т.п.), особенно при непосредственном участии родителей, которые являются для детей образцом поведения;

*Программные требования к уровню развития:*

По окончании курса занятий у воспитанников *развивается:*

- интерес к народной культуре, показателем которого является инициатива при собирании народных игр, дополнительных сведений о народных традициях, подготовке материалов к играм - путешествиям и проведении мастер - классов среди сверстников;
- умение логически рассуждать при решении логических задачек, математического фольклора на конкурсах смекалки; находить решения головоломок;
- умение общаться друг с другом в разновозрастном коллективе, чему способствуют коллективные творческие дела, посиделочные программы, игры;

***Метапредметные результаты:***

На разных этапах обучения у учащихся формируются метапредметные УУД, отражающие работу с информационными источниками (поиск, синтез, анализ информации); исследовательскую деятельность в рамках предметной области; перенос предметных знаний в практику собственной жизни; навыки в области презентации полученных знаний; творчество, дивергентное мышление через содержание работ.

### 3. Содержание программы

#### 3.1. Учебный план

##### по программе «Традиции русской кухни»

№п\п	Название Раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	Введение	3	2	1	практическое тематическое занятие	беседа
2	Традиции заготовок впрок	9	3	6	практическое тематическое занятие	Беседа Выставка
3	Традиционные русские овощи в нашем питании	12	3	9	практическое тематическое занятие	Беседа Мастер-класс
4	Традиции поведения за столом, в гостях, прием гостей	9	3	6	практическое тематическое занятие	Беседа Выставка работ
5	Сервировка праздничного стола	6	2	4	практическое тематическое занятие	Мастер-класс
6	Приготовление холодных закусок в русской кухне	12	3	9	практическое тематическое занятие	Беседа Выставка работ
7	Традиционные салаты	12	3	9	практическое тематическое занятие	Беседа Выставка работ
8	Творог в нашем питании	12	3	9	практическое тематическое занятие	Фольклорный Праздник (пасха)
9	Первые блюда. Сервировка стола к обеду в русских традициях	9	3	6	практическое тематическое занятие	Беседа Выставка работ
10	Вторые блюда	12	3	9	практическое тематическое занятие	Выставка работ
11	Русские напитки	3	2	1	практическое тематическое занятие	Беседа Фольклорны й праздник
12	Открытое занятие «Чему мы научились за год»	3	-	3	практическое тематическое занятие	Круглый стол
Итого часов		102	30	72		

## Учебно - тематический план

Форма обучения: очная	Количество учебных недель: 34	Количество учебных часов: 102
Режим работы: 11 класс 3 часа в день		

11 класс				
№ урока	Название раздела, темы	Количество час	Тип, вид урока	Домашнее задание
1	Введение	2	Урок изучение нового материала	Повторить конспект
	Практическое занятие Определение показателей качества основного сырья	1	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
2	Традиции заготовок впрок	3	Совершенствование умений и навыков	Конспект
3	Практическое занятие Консервирование овощей	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
4	Практическое занятие Маринование овощей, мяса, рыбы	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
5	Традиционные русские овощи в нашем питании	3	Урок изучение нового материала	Конспект
6	Практическое занятие Блюда из сырых овощей	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
7	Практическое занятие Блюда из отварных и тушеных овощей	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
8	Практическое занятие Блюда из жареных и запеченных овощей	3	Совершенствование умений и навыков	Тех.документация

9	Традиции поведения за столом, в гостях, прием гостей	3	Урок изучение нового материала	Конспект
10	Практическое занятие Традиции поведения за столом	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептирник
11	Практическое занятие Правила подачи блюд	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
12	Сервировка праздничного стола	2	Урок изучение нового материала	Конспект
13	Практическое занятие Сервировка стола	4	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
14	Приготовление холодных закусок в русской кухни	3	Урок изучение нового материала	Конспект
15	Практическое занятие Закуски из овощей, грибов, сыра и яиц	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
16	Практическое занятие Закуски из мяса, птицы	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
17	Практическое занятие Закуски из рыбы и морепродуктов	3	Совершенствование умений и навыков	Тех.документация
18	Традиционные салаты	3	Урок изучение нового материала	Конспект
19	Практическое занятие Салаты из овощей, грибов	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
20	Практическое занятие Салаты мясные, рыбные	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
21	Практическое занятие Сладкие салаты	3	Совершенствование умений и навыков	Тех.документация
22	Творог в нашем питании	3	Урок изучение нового материала	Конспект
23	Практическое занятие Блюда из натурального творога	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
24	Практическое занятие Мучные блюда с творогом	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий



<b>25</b>	Практическое занятие Запеченные и жареные блюда с творогом	3	Совершенствование умений и навыков	Тех.документация
<b>26</b>	Первые блюда. Сервировка стола к обеду в русских традициях	3	Урок изучение нового материала	Конспект
<b>27</b>	Практическое занятие Щи, борщи	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
<b>28</b>	Практическое занятие Старые забытые рецепты (похлебка)	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
<b>29</b>	Вторые блюда	3	Урок изучение нового материала	Конспект
<b>30</b>	Практическое занятие Блюда из овощей, грибов, сыра и яиц	3	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник
<b>31</b>	Практическое занятие Блюда из мяса и птицы	3	Совершенствование умений и навыков	Составить алгоритм действий
<b>32</b>	Практическое занятие Блюда из рыбы и морепродуктов	3	Совершенствование умений и навыков	Тех.документация
<b>33</b>	Русские напитки	2	Урок изучение нового материала	Конспект
<b>34</b>	Практическое занятие Холодные русские напитки (квасы, медовухи, сбитни)	1	Совершенствование умений и навыков	Оформить рецептурник

### 3.2. Содержание учебно – тематического плана

Учебно – тематический план включает в себя 12 тем. По окончании учебного года проводятся открытые итоговые занятия, форма которых определяется уровнем творческой активности детей.

#### **1. Введение**

Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования, знакомство с кулинарным делом. Осознание своих интересов, способностей в данном направлении. Знание о значимости правильного питания в жизни. Знание о блюдах, правильное хранение продуктов. Знание о необходимых кулинарных принадлежностях. Знание об экологической ситуации в поселке, а также об использовании искусственных добавок в продуктах.

#### **2. Традиции заготовок впрок**

*Соление, маринование, квашение, сушка, замораживание.*

Подготовка сырья для консервирования (сбор, переборка и мойка, бланширование). Участие в конкурсе на лучший рецепт консервирования. Пряности, специи, используемые для консервирования в нашем регионе. Пряности, приправы, различные травы (в том числе лекарственные травы). Сушка и замораживание трав на зиму. Более сложные рецепты консервирования. (С добавлением различных трав, консервы – ассорти).

#### **3. Традиционные русские овощи в нашем питании**

Забытые русские овощи. Знание о содержании в овощах полезных веществ (углеводы, витамины, минеральные соли и др.).

Физиологические нормы их потребления.

Распределение овощей по группам содержания витаминов.

Правильное хранение овощей, умение применять свои знания и навыки на практике, в жизни, быту, в семье.

Приготовление овощей (способы приготовления овощей, максимальное сохранение полезных качеств продукта).

#### **4. Традиции поведения за столом, в гостях, прием гостей**

Старорусские традиции поведения за столом. Воспитание самооценки личности, позволяющие адаптироваться в обществе. Нормы и правила этикета.

Воспитание бережного отношения к природе, к окружающей среде, к человеку. Убранства и сервировка стола русской избы.

Инсценирование ситуации приема гостей в русской деревне.

#### **5. Сервировка праздничного стола**

Рецепты традиционных праздничных блюд. Оригинальное оформление.

Сервировка стола. Правила приема гостей. Умение пользоваться столовыми приборами.

#### **6. Приготовление холодных закусок русской кухни**

Какие виды закусок существуют. Многообразие продуктов, применяемых для приготовления закусок.

Воспитание эстетического вкуса, умение подбирать совместные продукты для закусок.

Варианты оформления блюд. Самостоятельное приготовление закусок (правильный подбор продуктов).<sup>10</sup> Конкурс на лучший составленный рецепт

холодной закуски.

### **7.Традиционные салаты**

Разнообразие салатов. Мясные салаты, фруктовые салаты, овощные. Заправки для овощных, мясных, фруктовых салатов. Как красиво украсить салат? Посуда для подачи салатов. Самостоятельное приготовление салатов.

### **8.Творог в нашем питании**

Из чего делают творог? Полезные качества творога для организма человека.

Разнообразие блюд из творога. Приготовление различных блюд из творога.

### **9.Первые блюда. Сервировка стола к обеду в русских традициях**

Технология приготовления супов. Горячие и холодные супы. Продукты для приготовления супов.

Сервировка стола к обеду. Пряности и специи для усиления вкусовых качеств.

### **10.Вторые блюда**

Гарнир, дополнение к гарниру. Мясные и рыбные блюда. Оформление вторых блюд. Понятие, способы приготовления вторых блюд, их разнообразие.

### **11.Русские напитки**

Напитки, соки, морсы, квасы, сбитни, медовухи. Полезные свойства чая и травяные сборы для чая. Приготовление травяного чая.

### **12.Открытое занятие «Чему мы научились за год»**

Круглый стол. Чему мы научились за год? Прием гостей, сервировка стола, правила поведения за столом. Приготовление блюд по выбору. Какие знания, умения, навыки приобрели к концу года.

### **Формы аттестации и оценочные материалы.**

Для отслеживания динамики освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Традиции русской кухни» и анализа результатов деятельности разработан педагогический мониторинг. Мониторинг осуществляется промежуточной и итоговой аттестацией.

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки учащихся. Форма проведения – собеседование.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений.

Промежуточный контроль (промежуточная аттестация) проводится 1 раз в год, в декабре, в форме игровой творческой программы «Приходила Коляда накануне Рождества».

Итоговая аттестация проводится в конце обучения при предъявлении ребенком (в доступной ему форме) результата обучения, предусмотренного программой, в виде круглого стола «На нашей улице праздник»

Критериями оценки уровня освоения программы являются:

- соответствие уровня теоретических знаний обучающихся программным требованиям;
- свобода восприятия теоретической информации;
- самостоятельность работы;
- 
- 
- 
- 
-

- осмысленность действий; разнообразие освоенных технологий;
- соответствие практической деятельности программным требованиям;
- - качество выполненных работ, как по заданию педагога, так и по собственной инициативе.

Проверка результатов обучения также осуществляется и во время занятий посредством:

- ✓ наблюдения педагога за воспитанниками и их практической деятельностью;
- ✓ бесед и опросов по изучаемым темам;
- ✓ творческих работ, представленных на выставках внутри коллектива.

Результативность обучения определяется качеством выполнения текущих и итоговых заданий, умением играть в познавательные игры, умением играть и самостоятельно проводить народные игры, в том числе на различных праздничных мероприятиях, готовить материалы для стенной печати.

Форма подведения итогов реализации программы :

Проведение мини – программы «Круглый стол», включающей в себя выпуск стенгазеты с материалами и фотографиями учащихся, выставку изготовленных за год работ, предлагаются дидактические игры, упражнения, викторины, выявляющих знание программного материала, проведение любимых игр, подготовка сюрпризов, круг добрых пожеланий, чаепитие.

**Итогом обучения** является занятие, на котором ребенок представляет свою творческую работу по одному из разделов программы.

При проверке результатов учитываются индивидуальные особенности воспитанников: характер, эмоциональность, темп развития. Большим стимулом для проявления творческой активности и заинтересованности обучающихся служат выставки и конкурсы внутри коллектива, открывающие возможность участвовать в мероприятиях, детские мастер – классы.

Уровень результативности определяется по трехбалльной шкале:

<b>1. Достаточный</b>	<b>2. Высокий</b>	<b>3. Недостаточный</b>
Ребёнок владеет знаниями, умениями, навыками, предусмотренными программой, умеет пользоваться ими в других видах деятельности.	Воспитанник проявляет инициативу в организации игр, проводит мастер–классы в мастерской, занимает активную позицию при подготовке и проведении праздников.	Обучающийся не всегда знает правила игры, слабо владеет приёмами изготовления народных оберегов, не может рассказать о праздниках, пассивен

## ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Материально-техническое обеспечение программы

*Требования к помещению(ям) для учебных занятий:* в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14 для организации учебного процесса. Часть занятий проходят в кабинете с обязательным соблюдением режима проветривания. Часть занятий проводится на пришкольной территории, огражденной забором, на площадке, с утрамбованным грунтом, либо беспыльным покрытием, выполненным из безвредного материала.

*Требования к мебели:* Мебель (учебные столы и стулья) должны быть стандартными, комплектными и иметь маркировку соответствующую ростовой группе.

*Требования к оборудованию учебного процесса:* игрушки и материалы, используемые для детского творчества, должны быть безопасными для здоровья детей.

*Технические средства обучения:* компьютер, интернет-ресурсы:  
<https://www.youtube.com/>

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА**

1. Готовим в горшочках – М.: «Эксмо», 2007.
2. Данилкин Ю.Н. «Советы по домоводству», Изд. «Зеркало», 1992.
3. Дятлова Г.В., Хворостукина С.А. «Современная энциклопедия этикета», «ТД «Издательство Мир книги», 2005.
4. Исаева Е.Л. «Постный стол», - М.: ООО «ТД «Издательство «Мир книги», 2005.
5. Лежнева М. «Блины. Куличи. Пирогы.» - М.: Изд. Эксмо, 2005.
6. Поскребышева Г. «Энциклопедия домашних заготовок», - М.: «Олма – ПРЕСС» 2000.
7. Похлебкин В.В. «Тайны хорошей кухни». М.: «Экономика», 1987. 10. Прием гостей «Уралкультиздат», 1991.
- 11 .Серия «Лакомка»: «Чудеса выпечки», «Вегетарианская кухня», «Русская кухня», «Консервирование», «Рыбные блюда», «Мясные блюда».

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

1. Современный этикет и хорошие манеры. Изд. «Звонница», 2012.
2. Русская кухня. 1000 любимых рецептов. – М.: ЭСТ – ПРЕСС КНИГА,
3. Степанова И. «Бутербродные торты» - М.: Эксмо, 2008.