
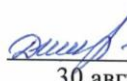




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ровенская средняя общеобразовательная школа №2
Ровенского района Белгородской области»

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Уроки правильного питания»
1 год обучения
Возраст обучающихся: 15-16 лет

Педагог дополнительного образования:
Иляшенко И.С.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план	5
3.	Учебно-тематический план	6
4.	Требования к условиям реализации программы	11

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель программы: Сохранение и укрепление здоровья детей, повышение качества жизни, посредством приобщения к здоровому питанию и культуре питания.

В настоящее время значительный интерес представляют программы, направленные на сохранение здоровья школьников, в которых используются новые образовательные технологии. Программа ориентирована на учащихся общеобразовательной школы. Она дополняет и расширяет знания о правильном питании, а также формирует навыки здорового образа жизни

В содержание программы включены научно обоснованные данные о значении и необходимом количестве основных компонентов пищи для людей разного возраста и рода деятельности, а также о гигиене питания.

Рост образования в обществе – необходимый, важный элемент социально-культурного и экономического развития страны. На образование, обеспечивающее социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения здоровья подрастающего поколения. За годы обучения в школе возрастает число заболеваний органов пищеварения.

Задачи:

- Формирование здорового образа жизни.
- Развитие интереса детей к занятиям по культуре питания;
- Расширение представления детей о преимуществах здорового питания;
- Получение современной научно достоверной информации об основах рационального питания;

На обучение отводится 102 часа

При разработке программы использовались следующие нормативные правовые документы и методические материалы:

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 октября 2013 года № 1199 «Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования»;
- Общероссийский классификатор профессий рабочих, должностей служащих и тарифных разрядов ОК 016-94 (утверждён Постановлением Госстандарта Российской Федерации от 26 декабря 1994 года № 367 (ред. от 19.06.2012));

- Общероссийский классификатор занятий ОК 010-2014 (МСКЗ-08) (принят и введен в действие Приказом Росстандарта от 12 декабря 2014 года № 2020-ст);

- Единый тарифно-квалификационный справочник работ и профессий рабочих народного хозяйства СССР (утверждён Постановлением Госкомтруда СССР, Секретариата ВЦСПС от 31 января 1985 года № 31/3-30 (ред. от 20.09.2011));

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по профессии «260807.01 Повар, кондитер»

(утверждён Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.08.2013 года №798);

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Форма обучения: очная
Количество учебных недель: 34
Количество учебных часов: 102

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин, модулей	10 класс	Лабораторно-практическая работа
1.	Правила личной гигиены и санитарных требований при приготовлении пищи.	1	
2	Пищевые вещества из значения	2	
3	Качество и безопасность товаров	2	
4	Основы современного здорового питания	1	
5	Технология обработки сырья и приготовления блюд из овощей и грибов	5	6
6	Технология подготовки сырья и приготовления блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, яиц, творога, теста	6	6
7	Технология приготовления супов и соусов	4	1
8	Технология обработки сырья и приготовление блюд из рыбы	6	1
9	Технология обработки сырья и приготовления блюд из мяса и домашней птицы	20	3
10	Технология приготовления и оформления холодных блюд и закусок	6	2
11	Технология приготовления сладких блюд и напитков	2	1
		75	
12	Практическое обучение.	25	
	Итоговая аттестация	2	
	Всего	102 часа	

3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Форма обучения: очная	Количество учебных недель: 34	Количество учебных часов:
Режим работы: 10 класс 3 часа в день	10 класс - 34	10 класс -102

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин, модулей	10 класс		
		урок	Лаб.-практ.занятие	Контрольная работа
1.	Правила личной гигиены и санитарных требований при приготовлении пищи.	1		
2	Пищевые вещества: вода минеральные вещества, углеводы, жиры, белки, витамины	2		
3	Качество и безопасность товаров	2		
4	Основы современного здорового питания	1		
5	Технология обработки сырья и приготовления блюд из овощей и грибов	11		
5.1	Тема . Значение овощей в питании, характеристика, требования к качеству.	1		
5.2	Тема Организация рабочего места повара в процессе обработки и нарезки овощей и грибов	1		
5.3	Тема Обработка, нарезка различных видов овощей и грибов	1	2	

5.4	Тема Приготовление простых блюд и гарниров из овощей и грибов	2	4	
6	Технология подготовки сырья и приготовления блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, яиц, творога, теста	12		
6.1	Тема Значение круп, бобовых, макаронных изделий, яиц, творога в питании, требования к качеству.	1		
6.2	Тема Приготовление каш и гарниров из круп	1		
6.3	Тема Приготовление каш и гарниров из круп	2	3	
6.4	Тема Приготовление простых блюд из яиц и творога	2	3	
7	Технология приготовления супов и соусов	5		
7.1	Тема Значение супов и соусов в питании, характеристика, требования к качеству.	1		
7.2	Тема Приготовление бульонов и отваров, супов	2	1	
7.3	Тема Технология приготовления компонентов для соусов.	1		
8	Технология обработки сырья и	7		

	приготовление блюд из рыбы			
8.1	Тема Значение рыбы в питании	1		
8.2	Тема Первичная обработка рыбы и приготовление полуфабрикатов	2		
8.3	Тема Приготовление простых блюд из рыбы	3	1	
9	Технология обработки сырья и приготовления блюд из мяса и домашней птицы	23		
9.1	Тема Значение мяса, мясных продуктов и домашней птицы в питании человека	1		
9.2	Тема Организация рабочего места повара в процессе обработки мяса, мясопродуктов и домашней птицы	1		
9.3	Тема Технологический процесс механической кулинарной обработки мяса, приготовление простых блюд из мяса	9		
9.4	Тема Приготовление полуфабрикатов из мяса	1		
9.5	Тема Приготовление простых блюд из мяса	2	3	
9.6	Тема Приготовление котлетной массы	2		
9.7	Тема Обработка домашней птицы .	4		
10	Технология приготовления и	8		

	оформления холодных блюд и закусок			
10.1	Тема Техническое оснащение и организация рабочего места повара при приготовлении холодных блюд и закусок	1		
10.2	Тема Приготовление простых бутербродов	1	2	
10.3	Тема Приготовление гастрономических продуктов порциями.	2		
10.4	Тема Разделка сельди, кильки	2		
11	Технология приготовления сладких блюд и напитков	3		
11.1	Тема Значение сладких блюд и напитков в питании	1		
11.2	Тема Приготовление простых сладких блюд	1	1	
12	Практическое обучение.	25		
12.1	Приготовление блюд из овощей и грибов	3		
12.2	Приготовление блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, яиц, творога, теста	3		
12.3	Приготовление супов и соусов	2		
12.4	Приготовление блюд из рыбы	2		
12.6	Приготовление блюд из мяса и домашней птицы	6		
1.2.7	Приготовление блюд из мяса и домашней птицы	2		
1.2.8	Приготовление блюд из мяса и домашней птицы	2		

1.2.9	Приготовление и оформление холодных блюд и закусок	2		
1.2.10	Приготовление сладких блюд и напитков	3		
1.2.11	Итоговая занятие	2		
	Всего		102	

4. ТРЕБОВАНИЯ К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Требования к кадровому обеспечению

Реализация настоящей программы должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Мастера производственного обучения должны иметь на 1 - 2 разряда по профессии рабочего выше, чем предусмотрено для выпускников настоящей программы.

4.2. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация образовательной программы предполагает наличие следующих учебных помещений и соответствующего оборудования:

– учебные кабинеты:

№ п/п	Наименование учебного кабинета	Количество
1	Технологии кулинарного производства, технологии кондитерского производства	1

– мастерские:

№ п/п	Наименование мастерских	Количество
1	Учебный кулинарный цех	1
2	Учебный кондитерский цех	1

– лаборатории:

№ п/п	Наименование лабораторий	Количество
1	Микробиологии, санитарии и гигиены	1

– технические средства обучения

№ п/п	Наименование оборудования	Количество			
		учебные кабинеты	лаборатории, рабочие места лаборатории	мастерские, рабочие места мастерских	итого
1	Компьютер	1	1		1
3	Проектор	1	1		1
4	Рабочие места обучающихся	30	30		30

– оборудование:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество			
		учебные кабинеты	лаборатории, рабочие места лаборатории	мастерские, рабочие места мастерских	Итого
1	Рабочее место преподавателя;	1	1	1	1
2	Посадочные места обучающихся	30	30	30	30
3	Шкаф расстойный ШРЭ-2/1		1		1
4	Миксер планетарный		1		1
5	Весы электронные МК-15.2 ТН-11		10		10
7	Тестомес		1		1
8	Плита электрическая ЭП-4ЖШ		3		3
9	Пароконвектомат		1		1
10	Столы производственные		12		12
11	кастрюли		25		25
12	сковороды		25		25
13	Формы для выпечки		15		15
14	Набор ножей поварской тройки		25		25
15	Ложки, вилки		50		50
16	тарелки		50		50
17	Молотки для отбивания мяса		25		25
18	Миски		20		20
19	Ножи для очистки овощей		15		15
20	Набор для работы с мастикой		5		5

21	Скалка для раскатки теста		15		15
22	Формы для выпечки бисквита		5		5

4.3. Информационное обеспечение обучения

Основные источники (не старше 5 лет):

№ п/п	Наименование	Автор, издательство, год издания, количество страниц	Количество, шт
1	Кулинария	Н.А. Анфимова, Л.А. Л.А. Татарская «Кулинария», изд. «Академия», 2017, 396 с.	15
2	Технология приготовления мучных кондитерских изделий	Н.Г. Бутейкис, А.А. Жукова «Академия», 2013, 334 с.	15
5	Повар	В.А. Барановский Л.Г. Шатун изд. «Феникс», 2013, 128 с.	12
6	Производственное обучение по профессии «Повар»	Н.Г. Бутейкис, А.А. Жукова «Академия», 2013, 208 с.	10

Дополнительные источники (в т.ч. периодические издания по профилю специальности/профессии):

№ п/п	Наименование	Автор, издательство, год издания, количество страниц	Количество, шт
2	Основы микробиологии, производственной санитарии и гигиены	Лаушкина Т.А. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве: учебник / Т.А. Лаушкина. - М.: Издательский центр «Академия», 2016.	10
3	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания	Цыганенко М.И.	12
4	Кулинария. Учебное пособие	И.Г. Мальчиков изд. «Альфа», 2013, 367 с.	7

Интернет-ресурсы:

«Кулинарный портал». Форма доступа: [http:// www.kulina.ru.](http://www.kulina.ru), [http:// povary.ru.](http://povary.ru), [http:// vkus.by.](http://vkus.by)

Главный портал индустрии гостеприимства и питания. Форма доступа: [http:// www.horeca.ru](http://www.horeca.ru)

<http://www.millionmenu.ru/rus/recipes/collection/tdish115/>

<http://cooking.niv.ru/povar/eda/17/ovoschej/blyuda.htm>

http://kylinariya.dljavseh.ru/Bljuda_iz_ovowej/Bljuda_iz_ovowej1.html

