

Содержание

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность

1.2. Цели и задачи **программы**

1.3. Принципы создания и средства реализации о **программы**

1.4. Концептуальные положения

2. Календарно-тематический план

3. Критерии диагностики усвоения **программных** задач валеологического образования

4. **Программно**-методическое обеспечение **работы**

1. Пояснительная записка

«Скажи мне – и я забуду,

Покажи мне – и я запомню,

Вовлеки меня – и я научусь»

Китайская пословица

В системе воспитания **дошкольников** важное место занимает трудовое, нравственное, эстетическое, экологическое воспитание детей. **Программа по кулинарии** соединила в себе все эти направления в единое целое.

**Кулинария** – искусство приготовления пищи. *«В здоровом теле – здоровый дух!»* - говорили древние, здоровье и настроение, готовность трудиться во многом зависят от питания и отдыха. Важно не только правильно готовить, но и правильно питаться. Умение вкусно готовить хорошая привычка. Умение красиво подать блюдо, правила сервировки — воспитывает эстетический вкус. Навыки и умение, сформированные в детстве, закладывают установку для дальнейшей жизни.

На занятиях по **кулинарии** дети учатся искусству приготовления пищи, творчески оформлять блюда, как на каждый день, так и к праздникам, выставкам, готовить бутерброды, разные закуски, салаты, холодные блюда, десерты и изделия из теста.

Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития практических навыков детям предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора детей, облегчающий их дальнейшую социализацию. Дети любят готовить, пользуются всевозможными приборами и посудой, учатся **работать** с современной бытовой техникой. Особенно интересен раздел *«****кулинарная география****»* позволяющий расширить знания детей, ближе знакомится со страной изучаемого языка *(английского, китайского)*.

1.1. Актуальность

От того как человек питается, зависит его здоровье, внешний вид, функционирование внутренних органов, настроение, трудоспособность.

Дело в том, что дети, как правило, получая готовую пищу, не знают как и из каких продуктов, она готовится, не имют практического опыта, элементарных знаний и умений. Родителям, как показывает практика, некогда обращать внимание на этот важный аспект социализации ребенка. Именно здесь кроется опасность упущения сенситивного периода. Вот поэтому возникла идея о необходимости проводить в основном практические занятия по **кулинарии**, дающие основы знаний и умений готовить пищу, соблюдать гигиену, культуру питания, как одного из важных направлений решения проблемы социальной адаптации детей.

Владение **кулинарией** требует большого объема знаний и навыков, значительной культуры и эрудиции, чтобы соответствовать современным требованиям. Полученные на занятиях знания помогут детям не только гостей гостей, но и сделать, быть может, первый шаг в создании общесемейного досуга. Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития навыков детям предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора детей, получению новых навыков, развивающих творческое мышление, воображение, фантазию, способствующих эффективной социализации.

В **программе** материал разбит в соответствии с возрастом детей и поэтапным накоплением знаний, **отработаны** темы занятий по первому, второму, третьему году обучения.

Актуальность **программы** *«****Кулинария****»* в том, что обучение детей направлено на развитие их фантазии, творчества, кругозора. Многие задания, как *«Сборник семейных рецептов»* или конкурс *«****Кулинарные*** *секреты моей бабушки»* способствуют формированию семейного микроклимата, повышению заинтересованности в **дошкольном** образовании всей семьи.

1.2. Основные цели **программы**:

- развитие эстетического вкуса учащихся

- расширение знаний учащихся в **кулинарии**

- формирование культуры общения

- формирование и развитие творческих способностей учащихся в **кулинарии**

- формировать экологические убеждения.

**Программа** имеет необходимое учебно – методическое обеспечение для успешной реализации поставленной цели и направлена на осуществление следующих задач:

- знакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре;

- формировать навыки и умения приготовления некоторых блюд русской, славянской кухни и кухни некоторых народов мира развивая терпение, настойчивость, трудолюбие;

- знакомить учащихся с разнообразными технологиями **кулинарии** и освоить с ними технологии приготовления блюд **кулинарных** и кондитерских изделий, требующих простой **кулинарной обработки**, расширяя трудовой опыт детей, приучить к самообслуживанию;

- освоить технологию определения признаков доброкачественности продуктов;

- обучить приёмам художественного оформления блюд и сервировки стола;

- формировать представление о рациональном и здоровом натуральном питании;

- формировать умение рационально организовать труд на своем **рабочем месте**;

- **выработать** безопасные и санитарно – гигиенические приемы труда;

- знакомить с технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, весоизмерительными приборами и правилами их эксплуатации;

- знакомить обучающихся с технологией осуществления проектно-исследовательской деятельности в сфере изучения **кулинарных традиций**.

- развивать интерес к творческому познанию и самовыражению;

- формировать и поддержать интерес к народному творчеству и культуре в сфере быта;

- способствовать развитию художественного вкуса;

- формировать навыки **работы в коллективе**, воспитывая чувство товарищества и взаимопомощи, ответственности за порученное дело.

Для решения поставленных задач в **программе** используются следующие формы обучения: беседы, игры с тестом, практические занятия по приготовлению блюд, отчетные занятия, выполняемые самостоятельно практические **работы** по приготовлению и оформлению блюд, различные конкурсы, предметные недели, проектная, исследовательская деятельность.

Соответствие уровня развития детей **программным** требованиям выявляется при помощи метода наблюдения, метода сравнения независимых характеристик, изучения продуктов образовательной деятельности, в ходе проведения зачетных и открытых мероприятий. Диагностические данные заносятся в таблицы, позволяющие отслеживать результаты дополнительного образования детей и развития личностных качеств. Критерии оценки уровня освоения **программных требований работы по пяти показателям**: знания и умения, мотивация познания, творческая активность, эмоциональная настроенность, достижения.

Первым этапом для детей 3-4,5 лет являются *«Игры с соленым тестом»*. Они несут в себе большой потенциал для развития детей младшего возраста и адаптации к **дошкольному учреждению**. При действии с кусочком теста у ребенка:

• гармонизируется эмоциональное состояние,

• развивается тактильно-мнемическая чувствительность, которая стимулирует центр речи в головном мозге,

• активизируя речевое развитие в целом (в увлекательной игре на пике эмоций малыш способен усвоить много новых слов и выражений).

Экспериментирование с тестом, инструментами и дополнительными материалами позволяет:

• обогащать сенсорный опыт детей,

• формировать представление о форме,

• формировать представление о свойствах и возможностях пластичных материалов;

• стимулирует познавательную активность;

• способствует развитию воображения, абстрактного мышления, творчества.

• сеансы лепки из соленого теста позволяют малышу почувствовать себя творцом, способным подчинить собственной воле материал и создать из него новый образ.

Дети не сразу могут лепить поделки из соленого теста. Сначала происходит знакомство с соленым тестом - дети мнут, щипают тесто, шлепают по нему, отщипывают большие и маленькие кусочки, скатывают и сплющивают комочки.

Потом последовательно идут следующие этапы:

- раскатывание теста скалкой или шариком;

- отпечатки на тесте ступней и ладоней;

- отпечатки листьев деревьев, колосков, веточек;

- вырезание фигурок формочками для теста или песка;

- украшение готовых форм из слоеного теста бусинками, шариками, пуговицами и другими декоративными элементами;

- украшение заранее приготовленных форм из слоеного теста яичной скорлупой, семечками, крупой, горохом, фасолью;

- вдавливание штампиков в тестовые формы, в качестве штампиков можно использовать фигурки геометрических вкладышей или детали конструктора;

- прокатывание фактурных роликов по лепешке из теста для создания узора.

После знакомства с тестом можно переходить к игровым сеансам, в ходе которых малыши познакомятся с приемами лепки и разнообразными способами украшения поделок.

Содержание первого года обучения непосредственно **программы по Кулинарии** включает в себя 10 тем, на освоение которых отводится 216 часов. Режим занятий: два парных занятия в неделю по 30 мин с 15-минутными перерывами. Занятия проводятся в учебном помещении, оборудованном в соответствии с установленными нормами и требованиями.

Содержание **программы** второго года обучения концентрично по отношению к содержанию 1-го года, но учебный материал более углублен, расширен и дополнен. Учебно – тематический план 2-го года обучения включает в себя 14 тем и регламентирован 180 часами. По окончании учебного года проводятся открытые итоговые занятия, форма которых определяется уровнем творческой активности детей. Режим занятий 2-го года обучения: два занятия в неделю по 2 занятия по 30 мина с 15-ти минутными перерывами.

Длительность занятий определяется особенностью **работы** – приготовление пищи, занятия не утомляют ребят, т. к. в течение этого времени меняются виды **работы**.

В нашей **программе по детской кулинарии** отводится определенное количество времени для приобщения детей к секретам приготовления пищи, знакомству с разнообразием кухни разных стран, а так же приобретение навыков самообслуживания, сервировки стола, правил подачи пищи.

Кружки **кулинарии** способствовать развитию познавательного интереса **дошкольников**.

Предполагаемые результаты

Дети получат знания:

- виды блюд

- способы приготовления и оформления блюд

- правила подачи блюд

- пищевую ценность овощей

- правила поведения за столом

- правила по техники безопасности при проведении **кулинарных работ**

- санитарно-гигиенические требования

- экологической подготовки

- секреты национальных кухонь

Дети приобретут умения:

- правильно подбирать формы нарезки вареных и свежих овощей при приготовлении блюда

- готовить холодные блюда

- украшать готовое блюдо

- готовить изделия из теста

- витаминизировать пищу

- сервировать стол

- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования

- соблюдать правила по техники безопасности

- правильно вести себя за столом

Примерные тестовые задания

1. Укажите где санитарно-гигиенические требования, а где правила безопасных **работы**:

*(.)* руки мойте с мылом;

*(.)* пользоваться прихваткой для горячего;

*(.)* использовать разделочные доски;

*(.)* наденьте фартук;

*(.)* уберите волосы под головной убор;

*(.)* включайте и выключайте электроприбор сухими руками.

2. Выберете правильный ответы.

Витамин А содержится в:

*(.)* молоке

*(.)* овощах

*(.)* яичном желтке

*(.)* печени животных

3. В качестве разрыхлителей теста применяются:

*(.)* сахар

*(.)* желатин

*(.)* дрожжи

*(.)* маргарин

*(.)* пищевая сода

4. Предметами общего пользования в сервировке стола являются:

*(.)* вилки

*(.)* ложки

*(.)* хлебница

*(.)* скатерть

*(.)* солонка

*(.)* тарелки

5. Чтобы смягчить стук приборов и тарелок по столу, под скатерть кладут:

*(.)* тонкий поролон

*(.)* клеенку

*(.)* тонкую бумагу

*(.)* шелковую ткань

*(.)* тяжелую мягкую ткань

6. Перед приготовлением рис:

*(.)* промывают

*(.)* обжаривают

*(.)* сушат

*(.)* перебирают

*(.)* проверяют на наличие вредителей

7. Салат из свежих овощей украшают:

*(.)* зеленью

*(.)* искусственными цветами

*(.)* майонезом

*(.)* фигурной нарезкой

8. Из дрожжевого теста можно приготовить:

*(.)* пироги

*(.)* печенье

*(.)* торт

*(.)* оладьи

*(.)* **кулич**

9. Консервирующими веществами при заготовке продуктов являются:

*(.)* соль

*(.)* пищевая сода

*(.)* сахар

*(.)* уксусная кислота

*(.)* лимонная кислота

10. Для максимального сохранения минеральных солей в овощах их:

*(.)* варят в кожуре

*(.)* варят на пару

*(.)* запекают в духово шкафу

*(.)* жарят

11. Салфетку на колени кладут:

*(.)* полностью развернутой

*(.)* сложенной вдвое

*(.)* сложенной по диагонали

12. Праздничный стол украшают:

*(.)* невысокими букетами в низких вазах

*(.)* цветами с длинными стеблями в высоких вазах

*(.)* цветами с резким запахом

*(.)* с гирляндами из живых цветов.

13. Для приготовления желе применяются желирующие вещества:

*(.)* крахмал *(.)* ваниль

*(.)* агар *(.)* желатин

*(.)* сахар

.

Список литературы

1. Ю. Л. Хатынцев, В. Д. Симоненко **Программы** по трудовому обучению., М., *«Просвещение»*, 2005.

2. Н. М. Конышева *«Трудовое обучение в начальных классах»* Издательство: СпецЛит 2000.

3. Г. И. Жаренкова *«Трудовое обучение»*. М., Дрофа,2001.

4. Книга о вкусной и здоровой пище - М.: Колос, 1993.

5. Коноплёва Н. П. Как относиться к себе и быту, или Практическая психология Хозяйки Дома. – М.:АСТ-Пресс,1997.

6. Бочкова И. А. **Кулинария для детей**. Кухни народов мира. - М., 2001.

7. Евладова Е., Логинова Л. Г. Дополнительное образование детей. – М., 2002.

8. Е. И. Стадник. Учимся готовить – ООО Издательство *«Ранок»*, 2011.

9. ШКОЛА ЖИЗНИ Подготовка к самостоятельной жизни Учебно – методическое пособие, Л. М. Кобрина, В. В. Юнина. - СПб.:изд. *«Золотой Орёл»*, 2005.