ГБОУ АО «Вычегодская СКОШИ»

СОГЛАСОВАНО:
_____ /Тарасова В.С./
зам. директора по УВР
«31» 08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
_____
/О. В. Балдакова/
Приказ № 474
от «01» 09.2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Кулинария»

Возраст обучающихся: от 11 до 14 лет
Срок реализации: 2026-2027 год

Автор-составитель:
Корелина Людмила Михайловна,
педагог дополнительного образования

Педагог, реализующий программу:
Корелина Людмила Михайловна,
педагог дополнительного образования

п. Вычегодский, 2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Питание – неотъемлемая составная часть жизни. Зачем нужна пища, знает каждый, о хлебе насущном человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он не занимался.

Еда – топливо, на котором работает организм, и знать это топливо, уметь грамотно его использовать должен любой человек.

Чтобы надолго сохранить своё здоровье, нужно правильно питаться, уметь составлять рациональное питание, знать питательную ценность и вкусовые качества продуктов.

Всем этим и занимается наука о приготовлении пищи «Кулинария».

По направленности дополнительная общеразвивающая программа с таким названием относится к социально – педагогическим программам.

Новизна данной дополнительной общеразвивающей программы заключается в понимании приоритетности воспитательной работы, направленной на самореализацию личности ребёнка, на формирование знаний и умений, способствующих социальной адаптации детей с ограниченными возможностями.

Актуальность предполагаемой программы определяется запросами со стороны воспитанников школы. Также эта программа актуальна для дальнейшего самоопределения и профессиональной ориентации неслышащих воспитанников. Программа способствует сохранению традиций Северной кухни.

Дополнительная общеразвивающая программа педагогически целесообразна, так как при её реализации прививаются навыки практической деятельности, закрепляется опыт решения задач при коллективной работе.

Отличительной особенностью данной программы является её направленности на социальную адаптацию воспитанников с нарушением слуха, повышение уровня их готовности к преодолению трудностей в самостоятельной жизни, созданию условий для развития коммуникативной, социально – успешной личности.

Цель программы:

- овладение основам кулинарии, подготовки к самостоятельной жизни в плане организации питания;
- формирование интереса и практического применения знаний и умений в области кулинарии.

Задачи:

- дать первоначальные сведения о кулинарии;
- способствовать приобретению опыта работы на кухне;
- готовить обучающихся к дальнейшему профессиональному самоопределению.

Возраст воспитанников, участвующих в реализации данной программы:

- 1 год обучения – 11 - 14 лет (I, II группа).

Сроки реализации программы: 66 часов.

Формы и режим занятий:

Занятия проводятся один раз в неделю. Продолжительность занятий 2 час. Численность группы 5человек.

В реализации программы предполагаются различные формы работы:

- беседа;
- практическая работа;
- игра-занятие;

- самостоятельная работа.

Планируемые ожидаемые результаты:

- научить соблюдать технику безопасности во время кулинарных работ;
- дать понятие о пищевой ценности продуктов;
- развить умение владеть инструментами для приготовления пищи;
- знать технологию приготовления различных блюд.

Для проверки планируемых результатов используются:

- дидактическое тестирование;
- инструкционные карты по приготовлению блюд;
- устный опрос.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:

- фотовыставка «Вкусные ладошки»;
- мастер-класс «Очумелые ручки» (для родителей воспитанников).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование разделов	Количество часов 2 год обучения
1	Вводное занятие	1
2	История возникновения кулинарии	2
3	Основы рационального питания	2
4	Приготовление салатов	7
5	Приготовление блюд из молочных продуктов	4
6	Приготовление пряничного торта	4
7	Сервировка стола	3
8	Выпечка манника	3
9	Знакомство с кухней Севера	6
10	Экскурсия в кафе	2
11	Приготовление первых блюд	10
12	Технология приготовления пельменей	4
13	Сладкие блюда	4
14	Технология приготовления песочного теста	10
15	Технология приготовления бездрожжевого теста	6
	Всего	**66**

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1			
1.1	Знакомство с кабинетом		1		Дидактический тест
2.	История возникновения кулинарии	2			
2.1	работа с книгой «Кухня народов		2		Дидактический тест

	России»				
3.	Основы рационального питания	2			
3.1	работа с таблицей «Необходимость калорий для подростка»		2		Дидактический тест
4.	Приготовление салатов	**7**			
4.1	Нарезка овощей			1	Дидактический тест
4.2	Салат из овощей – лука и огурцов			2	Инструкционные карты
4.3	Салат из моркови с чесноком			2	Инструкционные карты
4.4	Салат из яиц – лук, редис, яйцо			2	Инструкционные карты
5.	Приготовление блюд из молочных продуктов	4			
5.1	Молочный суп			2	Дидактический тест
5.2	Манная каша			2	Дидактический тест
6.	Приготовление пряничного торта	3			
6.1	Закупка продуктов			1	Устный опрос
6.2	Мастер-класс			2	Устный опрос
7.	Сервировка стола	3			
7.1	Сервировка стола к Дню рождения			1	Дидактический тест
7.2	Сервировка стола к Новому году			2	Дидактический тест
8.	Выпечка манника	3			
8.1	Презентация «Рецепт видов манника»			1	Инструкционные карты
8.2	Мастер-класс			2	Инструкционные карты
9.	Знакомство с кухней Севера	10			
9.1	Приготовление теста			2	Инструкционные карты
9.2	Ввырезание фигур			2	Инструкционные карты
9.3	Выпечка козуль			2	Инструкционные карты
9.4	Подготовка			2	Инструкционные

	красителей				карты
9.5	Оформление козуль			2	Инструкционные карты
10.	Экскурсия в кафе	1			
10.1	Кафе «Портос»			1	Дидактический тест
11.	Приготовление первых блюд	10			
11.1	Выбор продуктов			2	Дидактический тест
11.2	Приготовление борща			2	Дидактический тест
11.3	Суп из фрикаделек			2	Дидактический тест
11.4	Окрошка			2	Дидактический тест
11.5	Свекольник			2	Дидактический тест
12.	Технология приготовления пельменей	4			
12.1	Работа со схемой приготовления		2		Дидактический тест
12.2	Мастер-класс			2	Дидактический тест
13.	Сладкие блюда	2			
13.1	Ягодный десерт			2	Инструкционные карты
14.	Технология приготовления песочного теста	10			
14.1	Выпечка печенья «Розочки»			2	Дидактический тест
14.2	Печенье «Лепестки»			2	Дидактический тест
14.3	Пирог с яблоками			2	Дидактический тест
14.4	Сладкий пирог			2	Дидактический тест
14.5	Сладкие сердечки			2	Дидактический тест
15.	Технология приготовления бездрожжевого теста	6			
15.1	Таблица и плакат «Готовим тесто»		2		Дидактический тест
15.2	Вкусные ватрушки			2	Дидактический тест
15.3	Капустники			2	Дидактический тест

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие.
Теория. Знакомство с кабинетом.
Раздел 2. История возникновения кулинарии.
Теория. Знакомство с этапами возникновения кулинарии: работа с книгой «Кухня народов России».
Раздел 3. Основы рационального питания.
Теория. Понятие о рациональном питании: работа с таблицей «Необходимость калорий для подростка».
Раздел 4. Приготовление салатов.
Практика. Понятие о пищевой ценности овощей: первичная обработка и нарезка овощей.
Раздел 5. Приготовление блюд из молочных продуктов.
Практика. Значимость питательной ценности молока: в каше и супе.
Раздел 6. Приготовление пряничного торта.
Практика. Освоение технологии приготовления торта: тесто, кремовая начинка.
Раздел 7. Сервировка стола.
Практика. Знакомство с разнообразием сервировки: работа с плакатом «Сервировка стола», демонстрация расклада праздничной посуды.
Раздел 8. Выпечка манника.
Практика. Освоение технологии приготовления: презентация, мастер-класс.
Раздел 9. Знакомство с кухней Севера.
Практика. Знакомство с историей возникновения архангельских пряников: тестовая фигурка, использование красителей, оформление фигурок глазурью.
Раздел 10. Экскурсия в кафе.
Практика. Знакомство с современной бытовой техникой: духовой шкаф, работа тестомешалки.
Раздел 11. Приготовление первых блюд.
Практика. Освоение технологии: нарезка овощей, использование приправ.
Раздел 12. Технология приготовления пельменей.
Практика. Освоение навыков приготовления фарша: работа с начинкой.
Раздел 13. Сладкие блюда.
Практика. Знакомство с разновидностью сладких блюд: выбор ягод, работа с блендером.
Раздел 14. Технология приготовления песочного теста.
Практика. Знакомство со свойством песочного теста: работа с таблицей «Готовим тесто», формочки.
Раздел 15. Технология приготовления бездрожжевого теста.
Теория. Знакомство с видами пирогов.
Практика. Знакомство со свойством бездрожжевого теста: работа с таблицей «Готовим тесто», работа с начинками для пирогов.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Название раздела	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма контроля
1	Вводное занятие	Карточки	Кухонное оборудование	Дидактический тест
2	История возникновения кулинарии	Книга «Кухня народов России».		Дидактический тест

3	Основы рационального питания	Таблица «Необходимость калорий для подростка».		Дидактический тест
4	Приготовление салатов	Карточки	Ножи, посуда, разделочные доски	Инструкционные карты
5	Приготовление блюд из молочных продуктов		Электроплита	Дидактический тест
6	Приготовление пряничного торта	Карточки	Блендер	Устный опрос
7	Сервировка стола	Плакат «Сервировка стола»	Столовый сервиз	Дидактический тест
8	Выпечка манника	Карточки	Электроплита	Инструкционные карты
9	Знакомство с кухней Севера	Брошюра «Северные козули»	Электроплита	Инструкционные карты
10	Экскурсия в кафе			Дидактический тест
11	Приготовление первых блюд	Карточки	Электроплита	Дидактический тест
12	Технология приготовления пельменей	Карточки	Электроплита, разделочные доски	Дидактический тест
13	Сладкие блюда	Карточки	Блендер	Инструкционные карты
14	Технология приготовления песочного теста	Карточки	Электроплита	Дидактический тест
15	Технология приготовления бездрожжевого теста	Карточки	Электроплита	Дидактический тест

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Помещение и оборудование	Специальные инструменты и приспособления	Дополнительные материалы
Кабинет №60	Электроплита, электрочайник, блендер, холодильник, столовая посуда, ножи, разделочные доски	Ноутбук (для работы с презентацией)

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ

Для педагога:

- 1. *Анфимова Н. А.* Кулинария. - М.: Издательский цент «Академия», 2008.
- 2. *Бутейкис Н. Г.* Технология приготовления мучных кондитерских изделий. - М.: Издательский цент «Академия». 2010.
- 3. *Шатун Л. Г.* Повар. - М.: Издательский дом «Дашков и Ко», 2011.
- 4. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. - М.: Арий, ИКТЦ «Лада», 2009.

Для обучающихся:

- Бочкова И.А. Кулинария для детей. Кухни народов мира.- М., 2011.
- Зима Д.Д. Такие разные салаты. – М.: Ринол классик, 2012
- Иванова В.А. Детская поваренная книга. – М., 2000.
- Левина М. Сервировка праздничного стола. – М., 2000.

КАЛЕНДАРНО – УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

На 2026-2027 учебный год

Название программы: Кулинария
Текущий срок реализации: с 07сентября 2026 г. по 31 мая 2027 г.
№ группы: 1,2
Количество учебных недель: 33
Количество учебных дней: 66
Даты начала и окончания учебного периода: с 07.09.2026 г. по 31.05.2027 г.

№	Дата	Тема	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1		Знакомство с кабинетом		Беседа	2	Каб.№60	Дидактический тест
2		Работа с книгой «Кухня народов России»		Беседа	2		Дидактический тест
3		работа с таблицей «Необходимость калорий для подростка»		Беседа	2		Дидактический тест
4		Нарезка овощей		Беседа	1		Дидактический тест
5		Приготовление салата из овощей – лука и огурцов		Практическая работа	2		Инструкционные карты
6		Приготовление салата из моркови с чесноком		Практическая работа	2		Инструкционные карты
7		Приготовление салата из яиц – лук, редис, яйцо		Практическая работа	2		Инструкционные карты
8		Молочный суп		Практическая работа	2		Дидактический тест

9		Манная каша		Практическая работа	2		Дидактический тест
10		Закупка продуктов		Посещение магазина	1		Устный опрос
11		Мастер-класс «Приготовление пряничного торта»		Практическая работа	2		Устный опрос
12		Сервировка стола к Дню рождения		Игра-занятие	1		Дидактический тест
13		Сервировка стола к Новому году		Игра-занятие	2		Дидактический тест
14		Презентация «Рецепт видов манника»		Беседа	1		Инструкционные карты
15		Мастер-класс «Приготовление манника»		Практическая работа	2		Инструкционные карты
16		Приготовление теста		Практическая работа	2		Инструкционные карты
17		Вырезание фигур		Практическая работа	2		Инструкционные карты
18		Выпечка козуль		Практическая работа	2		Инструкционные карты
19		Подготовка красителей		Практическая работа	2		Инструкционные карты
20		Оформление козуль		Практическая работа	2		Инструкционные карты
21		Экскурсия в кафе «Портос»		Экскурсия	1	Кафе «Портос»	Устный опрос
22		Выбор продуктов для приготовления первого блюда		Беседа	2		Дидактический тест
23		Приготовление борща		Практическая работа	2		Дидактический тест
24		Суп из фрикаделек		Практическая работа	2		Дидактический тест

25		Окрошка		Самостоятельная работа	2		Дидактический тест
26		Свекольник		Практическая работа	2		Дидактический тест
27		Работа со схемой приготовления пельменей		Практическая работа	2		Устный опрос
28		Мастер-класс «Приготовление пельменей»		Практическая работа	2		Устный опрос
29		Ягодный десерт		Работа с картой	4		Инструкционные карты
30		Выпечка печенья «Розочки»		Работа с картой	2		Инструкционные карты
31		Выпечка печенья «Лепестки»		Практическая работа	2		Устный опрос
32		Выпечка пирога с яблоками		Практическая работа	2		Дидактический тест
33		Выпечка сладкого пирога		Практическая работа	2		Дидактический тест
34		Сладкие сердечки		Практическая работа	4		Дидактический тест
35		Работа с таблицей и плакатом «Готовим тесто»		Беседа	2		Дидактический тест
36		Приготовление вкусных ватрушек		Практическая работа	2		Дидактический тест
37	.	Приготовление капустника		Практическая работа	2		Дидактический тест

КАЛЕНДАРНО – УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

На 2026-2027 учебный год

Название программы: Кулинария
Текущий срок реализации: 07 сентября 2026 г. по 31 мая 2027 г.
№ группы: II
Количество учебных недель: 33
Количество учебных дней: 66
Даты начала и окончания учебного периода: с 0.7 .09.2026 г. по 31.05.2027г.

№	Дата	Тема	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1		Знакомство с кабинетом		Беседа	1	Каб.№60	Дидактический тест
2		Работа с книгой «Кухня народов России»		Беседа	2		Дидактический тест
3		работа с таблицей «Необходимость калорий для подростка»		Беседа	2		Дидактический тест
4		Нарезка овощей		Беседа	1		Дидактический тест
5		Приготовление салата из овощей – лука и огурцов		Практическая работа	2		Инструкционные карты
6		Приготовление салата из моркови с чесноком		Практическая работа	2		Инструкционные карты
7		Приготовление салата из яиц – лук, редис, яйцо		Практическая работа	2		Инструкционные карты
8		Молочный суп		Практическая работа	2		Дидактический тест

9		Манная каша		Практическая работа	2		Дидактический тест
10		Закупка продуктов		Посещение магазина	1		Устный опрос
11		Мастер-класс «Приготовление пряничного торта»		Практическая работа	2		Устный опрос
12		Сервировка стола к Дню рождения		Игра-занятие	1		Дидактический тест
13		Сервировка стола к Новому году		Игра-занятие	2		Дидактический тест
14		Презентация «Рецепт видов манника»		Беседа	1		Инструкционные карты
15		Мастер-класс «Приготовление манника»		Практическая работа	2		Инструкционные карты
16		Приготовление теста		Практическая работа	4		Инструкционные карты
17		Вырезание фигур		Практическая работа	2		Инструкционные карты
18		Выпечка козуль		Практическая работа	2		Инструкционные карты
19		Подготовка красителей		Практическая работа	2		Инструкционные карты
20		Оформление козуль		Практическая работа	2		Инструкционные карты
21		Экскурсия в кафе «Портос»		Экскурсия	1	Кафе «Портос»	Устный опрос
22		Выбор продуктов для приготовления первого блюда		Беседа	2		Дидактический тест
23		Приготовление борща		Практическая работа	2		Дидактический тест

24		Суп из фрикаделек		Практическая работа	2		Дидактический тест
25		Окрошка		Самостоятельная работа	2		Дидактический тест
26		Свекольник		Практическая работа	2		Дидактический тест
27		Работа со схемой приготовления пельменей		Практическая работа	2		Устный опрос
28		Мастер-класс «Приготовление пельменей»		Практическая работа	2		Устный опрос
29		Ягодный десерт		Работа с картой	4		Инструкционные карты
30		Выпечка печенья «Розочки»		Работа с картой	2		Инструкционные карты
31		Выпечка печенья «Лепестки»		Практическая работа	2		Устный опрос
32		Выпечка пирога с яблоками		Практическая работа	2		Дидактический тест
33		Выпечка сладкого пирога		Практическая работа	2		Дидактический тест
34		Сладкие сердечки		Практическая работа	2		Дидактический тест
35		Работа с таблицей и плакатом «Готовим тесто»		Беседа	2		Дидактический тест
36		Приготовление вкусных ватрушек		Практическая работа	2		Дидактический тест
37		Приготовление капустника		Практическая работа	2		Дидактический тест

ДИАГНОСТИТЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Анкеты:

- Что такое гигиена питания?
- Кукую пищу вы должны употреблять?

Самооценка по усвоению темы «Приготовление салатов»:

- Какой салат вы сможете приготовить самостоятельно?

ТЕРМИНОЛОГИИ ДЛЯ КРУЖКА «КУЛИНАРИЯ»

Джем - пищевой продукт на основе ягод или фруктов.
Гренки - поджаренный хлеб.
Блины с припёком - блины, в которые запекли, а точнее - припекли какую-либо начинку.
Калитка – небольшие открытые пирожки с различной начинкой.
Меню – это перечень блюд и напитков.
Козуля – изготовленные из теста фигурки.
Десерт - лакомство, которое подают после обеда или ужина.