

Государственное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей №1 имени М.К. Тагирова» г. Альметьевска.

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО

 / Касимов Р.Ф. /

Протокол №_1_ от

«27» августа 2025 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР

ГАОУ «Лицей №1 им.М.К.Тагирова»

г.Альметьевска

 / А.М. Искандарова/

«29» августа 2025г

«Утверждено»

Директор ГАОУ «Лицей №1

им.М.К.Тагирова» г.Альметьевска

 /Р.М.Шакиров/

Приказ № 155 от

«29» августа 2025 г.



ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

кружка технического направления

«СМАК»

Срок реализации 1 год (5-6 класс)

Шуколюков Александр Андреевич, педагог дополнительного образования

Альметьевск 2025

Программа кружка кулинарии "Смак" разработана для обучающихся 4-6 классов общеобразовательных учреждений. Данная программа имеет практико-ориентированную направленность и имеет целью обучение обучающихся основам кулинарии, формирование у них интереса к приготовлению пищи, развитие творческих способностей и навыков коллективной работы.

Цель программы: Обучение обучающихся основам кулинарии, формирование у них интереса к приготовлению пищи.

Ожидаемые результаты:

По окончании программы обучения обучающиеся должны:

- ✓ Иметь представление об истории кулинарии и ее основных направлениях.
- ✓ Знать основы кулинарного дела, принципы и техники приготовления различных блюд.
- ✓ Уметь применять различные кулинарные техники и приемы.
- ✓ Обладать навыками коллективной работы и взаимодействия в группе.
- ✓ Уметь самостоятельно готовить разнообразные блюда.
- ✓ Иметь творческий подход к кулинарии, проявлять инициативу и креативность.
- ✓ Уметь работать с кулинарной литературой и другими источниками информации по кулинарии.

Учебно - тематический план

№ п.п.	Тема	Количество часов		
		Всего	Теории	практика
I	Вводное занятие Гигиена приготовления пищи. Техника безопасности на занятиях по кулинарии.	2	2	-
II	Сервировка стола Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину, чаю. Правила поведения за столом.	2	1	1
III	Первичная обработка овощей	4	1	3
1	Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов. Формы простой, сложной, фигурной нарезки овощей и их применение.	2	0,5	1,5
2	Очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками.	2	0,5	1,5
IV	Холодные блюда и закуски	10	3	7
1	Значение холодных блюд в питании. Приготовление фруктового салата.	2	0,5	1,5
2	Правильная нарезка колбасы, твердого сыра, приготовление закуски.	2	0,5	1,5
3	Оформление блюд. Салаты и заправки к ним. Винегрет.	2	0,5	1,5
4	Приготовление витаминного салата, забавно оформленных блюд, украшений из овощей и фруктов.	2	0,5	1,5
5	Нарезка различных овощей и фруктов. Украшения из овощей.	2	1	1
V	Забавные бутерброды Виды бутербродов. Приготовление бутербродов и тартинков.	2	0,5	1,5
VI	Первые блюда	4	1	3
1	Значение первых блюд в питании. Приготовление молочного супа.	2	0.5	1.5
2	Классификация супов по способу приготовления. Приготовление супа из свежих овощей.	2	0.5	1.5
VII	Изделия из круп. Каши	4	1	3

1	Питательная ценность круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Приготовление макарон с сыром.	2	0.5	1.5
2	Обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп. Приготовление гречневой каши с мясом.	2	0.5	1.5
VIII	Новогодний праздник Программа праздника. Сервировка и оформление стола.	2	-	2
IX	Мясные блюда	4	1	3
1	Виды мяса, питательная ценность, хранение и обработка мяса. Приготовление блюд из мяса.	2	0.5	1.5
2	Изделия из рубленого мяса. Салаты. Оформление вторых блюд из мяса.	2	0.5	1.5
X	Рыбные блюда	4	1	3
1	Питательная ценность рыбы. Признаки ее доброкачественности. Приготовление ролл из рыбы.	2	0.5	1.5
2	Разделка рыбы. Рыбные консервы. Блюда из консервы (салаты, бутерброды).	2	0.5	1.5
XI	Овощные гарниры	6	2	4
1	Значение гарниров из овощей. Приготовление картофельного пюре.	2	0,5	1,5
2	Вкусовые, питательные качества гарниров. Приготовление жареного картофеля.	2	0,5	1,5
3	Декоративные качества гарниров. Приготовление овощного рагу.	2	0,5	1,5
XII	Блюда из яиц Значение яиц в питании человека. Приготовление блюд из яйца.	2	0,5	1,5
XIII	Сладкие блюда	6	1	5
1	Значение и вкусовые качества сладких блюд. Приготовление киселя, какао с молоком	2	0,5	1,5
2	Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота). Приготовление тортов из печенья.	2	0,5	1,5
3	Украшение тортов без выпечки.	2	0,5	1,5
XIV	День именинника Приготовление праздничных блюд.	2	-	2
XV	Изделия из теста	6	2	4
1	Виды теста (лапшовое, дрожжевое, слоеное, песочное, бисквитное, заварное, пряничное). Приготовление шарлотки	2	0,5	1,5
2	Начинки, кремы, помадки, глазурь. Приготовление пиццы.	2	0,5	1,5

3	Украшение кондитерских изделий. Приготовление торта, печенья.	4	1	3
XVI	Что такое меню? Составление меню на день, праздничного меню.	2	1	1
XVII	История чая История появления чая, сорта, состав. Приготовление цветочного чая.	2	1	1
XVIII	Изделия из творога	4	1	3
1	Значения молочных блюд. Приготовление блинчиков.	2	0,5	1,5
2	Изделия из творога. Приготовление сырников.	2	0,5	1,5
XIX	Коктейли Значение и вкусовые качества коктейлей из мороженого. Приготовление коктейлей.	2	0,5	1,5
XX	Итоговое занятие Демонстрация детьми умения сервировать стол. Праздничный чай.	2	-	2
	ИТОГО	72	20,5	51.5

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Кулинария

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ - 2ч.

Гигиена приготовления пищи. Техника безопасности на занятиях по кулинарии. Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами.

2. СЕРВИРОВКА СТОЛА – 2ч.

Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину, чаю. Правила поведения за столом. Назначение столовых приборов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину и чаю.

3. ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА ОВОЩЕЙ – 4ч.

Виды овощей. Влияние овощей на организм человека. Первичная и тепловая обработка овощей. Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками. Салаты из моркови, капусты.

4. ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА – 10ч.

Значение холодных блюд в питании. Разнообразие вариантов приготовления закусок. Оформление блюд.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление витаминного салата, винегрета, окрошки, забавно оформленных блюд, украшений из овощей и фруктов. Приготовление фруктового салата. Нарезка различных овощей и фруктов. Правильная нарезка колбасы, твердого сыра, приготовление закуски.

5. ЗАБАВНЫЕ БУТЕРБРОДЫ – 2ч.

Правила хранения продуктов, сроки годности. Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление открытых и закрытых бутербродов, горячих бутербродов. Приготовление тартинков с помидорами или томатной пастой и сыром.

6. ПЕРВЫЕ БЛЮДА – 4ч.

Значение первых блюд в питании. Классификация супов по способу приготовления. Последовательность закладки продуктов в суп.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление супа из свежих овощей. Приготовление молочного супа.

7. ИЗДЕЛИЯ ИЗ КРУП. КАШИ – 4ч.

Питательная ценность круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление гречневой каша с мясом, макарон с сыром.

8. НОВОГОДНИЙ ПРАЗДНИК – 2ч.

Программа праздника. Сервировка и оформление стола. Приготовление праздничных блюд.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление праздничных блюд (салатов, бутербродов).

9. МЯСНЫЕ БЛЮДА – 4ч.

Виды мяса, питательная ценность, хранение и обработка мяса. Изделия из рубленного мяса. Оформление вторых блюд из мяса.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление блюд из мяса. Салаты.

10. РЫБНЫЕ БЛЮДА- 4ч.

Питательная ценность рыбы. Признаки ее доброкачественности. Разделка рыбы. Рыбные консервы. Изделия из нее.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление ролл, салатов, бутербродов.

11. ОВОЩНЫЕ ГАРНИРЫ – 6ч.

Значение гарниров из овощей, их вкусовые, питательные и декоративные качества.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление картофельного пюре, жаренного картофеля, овощного рагу.

12. БЛЮДА ИЗ ЯИЦ – 2ч.

Значение яиц в питании человека. Яйцо, его пищевая ценность и применение в кулинарии.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление блюд из яйца: яйцо в мешочек, омлет с зеленым луком.

13. СЛАДКИЕ БЛЮДА – 6ч.

Значение и вкусовые качества сладких блюд. Технология приготовления сладких блюд, тортов из печенья, из ягод (компота, киселя).

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление киселя, какао с молоком, тортов из печенья, коржей, украшение тортов.

14. ДЕНЬ ИМЕНИННИКА – 2ч.

Праздничная программа. Вручение подарков.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление праздничных блюд.

15. ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА – 6ч.

Виды теста (лапшовое, дрожжевое, слоеное, песочное, бисквитное, заварное, пряничное). Начинки, кремы, помадки, глазурь. Украшение кондитерских изделий.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление шарлотки, пиццы, печенья, торта.

16. ЧТО ТАКОЕ МЕНЮ? -2ч.

Расчет продуктов на день, разработка меню.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Составление меню на день, праздничного меню.

17. ИСТОРИЯ ЧАЯ -2ч.

История появления чая, сорта, состав.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление цветочного чая.

18. ИЗДЕЛИЯ ИЗ МОЛОКА И ТВОРОГА -4ч.

Значения молочных блюд. Изделия из творога. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление сырников, запеканки, блинчиков.

19. КОКТЕЙЛИ – 2ч.

Значение и вкусовые качества коктейлей из мороженого. Технология приготовления коктейлей. Способы приготовления.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Приготовление коктейлей из сока, молока и мороженого.

20. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ – 2ч.

Демонстрация детьми умения сервировать стол и навыков поведения за столом, конкурс на лучшее оформление салатов, викторина, награждение лучших кружковцев, заключительное чаепитие.

Календарный учебный график программы

№ занятия	Раздел	Тема занятия	Форма проведения занятия	Дата проведения		Кол - во часов
				план	факт	
I	Вводное занятие	1.Гигиена приготовления пищи. Техника безопасности на занятиях по кулинарии.	Беседа			2
II	Сервировка стола	1.Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину, чаю. Правила поведения за столом.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
III	Первичная обработка овощей	1.Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов. Формы простой, сложной, фигурной нарезки овощей и их применение. 2.Очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			4
IV	Холодные блюда и закуски	1.Значение холодных блюд в питании. Приготовление фруктового салата. 2.Правильная нарезка колбасы, твердого сыра, приготовление закуски. 3.Оформление блюд. Салаты и заправки к ним. Винегрет. 4.Приготовление витаминного салата, забавно оформленных блюд, украшений из овощей и фруктов. 5.Нарезка различных овощей и фруктов. Украшения из овощей.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			10
V	Забавные бутерброды	1.Виды бутербродов. Приготовление бутербродов и тартинков.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
VI	Первые блюда	1.Значение первых блюд в питании. Приготовление молочного супа. 2.Классификация супов по способу приготовления. Приготовление супа из свежих овощей.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			4
VII	Изделия из круп. Каши	1.Питательная ценность круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Приготовление макарон с сыром.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие,			4

		2.Обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп. Приготовление гречневой каши с мясом.	коллективные творческие дела, часы общения.			
VIII	Новогодний праздник	1.Программа праздника. Сервировка и оформление стола.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
IX	Мясные блюда	1.Виды мяса, питательная ценность, хранение и обработка мяса. Приготовление блюд из мяса. 2.Изделия из рубленого мяса. Салаты. Оформление вторых блюд из мяса.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			4
X	Рыбные блюда	1.Питательная ценность рыбы. Признаки ее доброкачественности. Приготовление ролл из рыбы. 2.Разделка рыбы. Рыбные консервы. Блюда из консервы (салаты, бутерброды).	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			4
XI	Овощные гарниры	1.Значение гарниров из овощей. Приготовление картофельного пюре. 2.Вкусовые, питательные качества гарниров. Приготовление жареного картофеля. 3.Декоративные качества гарниров. Приготовление овощного рагу.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			6
XII	Блюда из яиц	1.Значение яиц в питании человека. Приготовление блюд из яйца.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
XIII	Сладкие блюда	1.Значение и вкусовые качества сладких блюд. Приготовление киселя, какао с молоком. 2.Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота). Приготовление тортов из печенья. 3.Украшение тортов без выпечки.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			6
XIV	День именинника	1. Приготовление праздничных блюд.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
XV	Изделия из теста	1.Виды теста (лапшовое, дрожжевое, слоеное, песочное, бисквитное, заварное, пряничное). Приготовление шарлотки.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			6

		2.Начинки, кремы, помадки, глазурь. Приготовление пиццы. 3.Украшение кондитерских изделий. Приготовление торта, печенья.				
XVI	Что такое меню?	1.Составление меню на день, праздничного меню.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
XVII	История чая	1.История появления чая, сорта, состав. Приготовление цветочного чая.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
XVIII	Изделия из молока и творога	1.Значения молочных блюд. Приготовление блинчиков. 2.Изделия из творога. Приготовление сырников. 3.Изделия из творога. Приготовление запеканки.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			4
XIX	Коктейли	1.Значение и вкусовые качества коктейлей из мороженого. Приготовление коктейлей.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие, коллективные творческие дела, часы общения.			2
XX	Итоговое занятие	1.Демонстрация детьми умения сервировать стол. Праздничный чай.	Практическое занятие Дегустация, коллективные творческие дела, часы общения.			2
	Итого:					72

Оборудование и приспособления:

Для учебной кухни целесообразно современное оборудование.

Для работы кружка необходим инвентарь: разделочные доски – для сырых и вареных овощей, для мяса и рыбы и т.д.), кухонные ножи: маленькие и средние, ложки из нержавеющей стали и деревянные, разливные ложки, дуршлаг, скалка, чайник, поднос, миски трех-четырех размеров емкостью от 0,5 до 2 л, кастрюли трех размеров емкостью от 1 до 3 л, сковороды (диаметром 25-30 см).

Электрооборудование: электроплиты, кухонный комбайн; столовая и чайная посуда – с учетом количества кружковцев.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: передника и косынки для девочек, а так же сменной обуви.

Список информационных ресурсов

Для педагога:

Для детей:

Для родителей:

Сайт Страна Мастеров

<http://stranamasterov.ru>

Сайт Всё для детей

<http://allforchildren.ru>

Лист корректировки рабочей программы

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту