**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Модифицированная программа факультативного курса «ХОЗЯЮШКА» составлена на основе программы для общеобразовательной школы по технологии под редакцией Хотунова Ю.А., Симоненко В.Д. Курс рассчитан на 17 учебных занятий.

В школьной программе по технологии отводится недостаточное количество часов для практических занятий в разделе «Кулинария». Факультативные занятия должны расширить и углубить знания и навыки по приготовлению пищи, полученные учащимися на уроках технологии, способствовать профориентации школьников. В системе воспитания школьников важное место занимает трудовое, нравственное, эстетическое, экологическое воспитание подрастающего поколения.

**Цель:** формирование и развитие творческих способностей учащихся в области «Кулинария"

**Задачи:**

* развитие эстетического вкуса учащихся;
* расширение знаний учащихся в кулинарии;
* формирование культуры общения и работы в группе;
* формирование экологической грамотности.

**ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

***Учащиеся получат знания:***

- виды холодных блюд, закусок;

- способы приготовления, оформления и подачи блюд, в том числе украшение в технике «Карвинг»;

- пищевую ценность овощей;

- правила этикета;

- правила по техники безопасности при кулинарных работах, санитарно-гигиенические требования;

***Учащиеся приобретут умения:***

- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда;

- приемы тепловой кулинарной обработки;

- готовить холодные блюда;

- украшать готовое блюдо в технике «Карвинг»;

- готовить изделия из теста;

- сервировать стол для завтрака, обеда, ужина;

Факультатив организуется в школе в оборудованном кабинете кулинарии, отвечающем санитарно- гигиеническим требованиям.

**СОДЕРЖАНИЕ ФАКУЛЬТАТИВНОГО КУРСА «ХОЗЯЮШКА»**

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартука и косынки для девочек; фартука и колпака для мальчиков, а также сменной обуви. Руководитель факультатива должен строго следить за соблюдением учащимися правил гигиены. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Кулинарные работы связаны с пользованием нагревательных приборов (электрической плитой), режущими инструментами (ножами, мясорубками и др.), с варкой, жарением и выпечкой продуктов. На первом занятии руководитель знакомит обучающихся с (ТБ) правилам использования электронагревательных приборов, режущими инструментами и приспособлениями. Плакаты с правилами гигиены и охраны труда рекомендуется вывесить на видном месте в учебной кухне.

Знания области экологии необходимы каждому человеку как умение читать, писать и считать. Экология – наука о взаимоотношении живых организмов и условий среды. Поэтому в области кулинарии экологические знания необходимы. Чтобы приготовить высококачественное блюдо нужно качественное сырье и никакой химии. Формировать осознанную экологическую грамотность не просто, она требует развития у учащихся элементов системного мышления. Загрязняется воздух в помещение накапливанием пыли, испарением жидкостей для мытья посуды и сантехники, а также других сильных моющих средств. Чтобы снизить загрязнения воздуха в помещениях плотно закрывать крышки емкостей. Для мытья посуды применять пищевую соду. Огромное значение имеет вентиляция. Регулярно проветривать помещение даже зимой, особенно если оно хорошо изолировано, проводить влажную уборку ежедневно.

Полезно знать, как распределены нитраты в овощах. Так, у свеклы нитраты сконцентрированы в верхней части корнеплода, и срезав его можно сократить количество нитратов в борще или винегрете. В моркови, в центральной желтой части нитратов больше чем в окружающей красной. У капусты самая опасная часть – кочерыжка, концентрируются нитраты и в толстых черешках листьев кочана. Нитраты из капусты улетучиваются при квашении. У картофелях в мелких клубнях нитратов больше, чем в крупных. Кроме того, они сосредоточены под кожурой. Картофель, выращенный с использованием минеральных азотных удобрений, не стоит варить “в мундире”, а лучше очистить ножом. Продукты питания для занятия приобретать экологически чистые, при покупке обращая внимания на маркировку, не имеет ли данный продукт красителей, добавок, на дату выработки продукта. Желательно использовать продукты, выращенные на приусадебных участках, на экологически чистой почве без добавления вредных для здоровья человека удобрений. Кроме того, товары имеют маркировку, содержащую информацию: наименование изделия, его описание, название и адрес изготовителя и др. Российским знаком соответствия маркируется сертифицированная продукция, отвечающая требованиям безопасности жизни и здоровья людей, охраны окружающей среды. Символ “Зеленая точка” можно встретить на упаковке многих европейских товаров. Он означает, что производство данного продукта экологически чистое, а отходы подлежат вторичной переработке. Аналогичное значение имеет символ “Ресайклинг”, которым маркируются предметы, поддающиеся вторичной обработке, а также те, что уже получены из вторичного сырья. В результате школьники приходят к выводу, что покупка, совершенная разумно, может удовлетворить потребность в «здоровой пище» и сэкономить средства.

Применение пищевых добавок – это часть современной технологии производства продуктов питания. В основном они применяются для того, чтобы улучшить питательные свойства продукта, обеспечить его лучшую сохранность и улучшить внешний вид. Пищевых добавок, запрещенных к применению в пищевой промышленности РФ, всего три: Е 121 – Цитрусовый красный – краситель; Е 123 – Амарант – краситель; Е 240 – Формальдегид – консервант.

Эстетика оформления и подачи готовых блюд имеет существенное значение. В связи с этим школьники должны обучиться приёмам нарезки овощей и фруктов в технике «Карвинг», в результате создать свои творческие работы.

**Раздел *1 ТБ, санитарно-гигиенические требования***

1. **Введение, цели задачи факультатива, ТБ,** санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Обсуждение плана творческих проектов. (1 ч)
2. **Калорийность пищи. Виды овощей, используемых в кулинарии**. (1 ч)

**Раздел *2 Сервировка стола. Изделия из теста. Напитки***

1. **Виды горячих напитков.** Способы заваривания кофе, чая. Информация о купленных продуктов. Практическая работа (2 ч)
2. **Сервировка стола к чаю.** Составление меню. Правила подачи горячих напитков. Столовые приборы и правила пользования ими. Способы складывания салфеток. Эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом. Практическая работа. «Складывание тканевых и бумажных салфеток различными способами».(2ч)
3. **Сервировка стола к завтраку**. **Приготовление кондитерских изделий. «Московские калачики»** Понятие о муке, видах и значение. Пресное тесто. Калорийность блюда.(2ч)
4. **Приготовление блинов, блинчиков.** Виды теста. Рецептура и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готового изделия. Виды начинок и украшений для изделий из теста. Практическая работа. Организация рабочего места. Вводный инструктаж. Инвентарь и посуда для выпечки блинов, блинчиков. Выпечка и оформления изделий из теста.(2ч)
5. **Приготовление кондитерских изделий. Торт «Черёмуховый».** Виды теста. Способы украшения и подачи. (2ч)

**Раздел *3 Холодные закуски.***

1. **Виды бутербродов.** Приготовление бутербродов. Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов. Организация рабочего места. Практическая работа «Приготовление открытых, закрытых бутербродов и горячих напитков».(1ч)
2. **Приготовление салата «Овощной»** Организация рабочего места. Практическая работа. Инвентарь и посуда. Приготовление овощного салата по технологическим картам. Правила техники безопасности. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салата в технике «Карвинг» (2ч)
3. **Приготовление салата «Подсолнух». Сервировка стола к ужину.** Правила приготовления. Оформление готового блюда и подача к столу. Роль овощей в питании человека. Виды овощей используемых в кулинарии. Содержание в овощах минеральных веществ, белков, жиров, углеводов, витаминов. Сохранность витаминов в овощах в процессе хранения и кулинарной обработки. Влияние экологии окружающей среды на качество овощей. Методы определения качества овощей. Современные инструменты и приспособления для нарезки овощей. Виды салатов. Технология приготовления салата. Практическая работа (2 ч)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Календарно - тематическое планирование** | | | | | | | | |
|  | **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Планируемая дата** | **Фактическая дата** | **Использование ИКТ** | **Т**  теория | **П**  практика |
| **Раздел *1 ТБ, санитарно-гигиенические требования*** | | | | | | | | |
|  | 1-2 | Введение, цели задачи факультатива, ТБ  Калорийность пищи. Виды овощей, используемых в кулинарии | 2 | 1 неделя |  |  | 1  1 |  |
| **Раздел *2 Сервировка стола. Изделия из теста. Напитки.*** | | | | | | | | |
|  | 3-4 | Виды горячих напитков. | 2 | 2 неделя |  |  | 1 | 1 |
| 5-6 | Сервировка стола к чаю. | 2 | 3 неделя |  | х | 0,5 | 1,5 |
| 7-8 | Сервировка стола к завтраку. Приготовление кондитерских изделий. «Московские калачики» | 2 | 4неделя |  |  | 0,5 | 1,5 |
| 9-10 | Приготовление блинов, блинчиков. | 2 | 5 неделя |  |  | 0,5 | 1,5 |
| 11-12 | Приготовление кондитерских изделий. Торт «Черёмуховый». | 2 | 6 неделя |  |  |  | 2 |
| **Раздел *3 Холодные закуски.*** | | | | | | | | |
|  | 13 | Виды бутербродов. | 1 | 7 неделя |  | х |  | 1 |
| 14-15 | Приготовление салата «Овощной» | 2 | 8 неделя |  |  |  | 2 |
| 16-17 | Приготовление салата «Подсолнух» Сервировка стола к ужину. | 2 | 9 неделя |  | х |  | 2 |

**РЕКОМЕНДАЦИИ:**

1. В группу рекомендуется записывать 12 - 15 человек. Возраст обучающихся неограничен.
2. Для хорошей организации работы факультатива группу делят на 2 бригады по 6-7 человек в каждой, во главе с бригадиром. Бригадиры, получая задания от педагога, распределяют работу внутри бригады, следят за правильностью ее выполнения. Педагог контролирует бригадиров, проверяя, чтобы все члены бригады были заняты работой.
3. Готовить блюда желательно из расчета одна порция на каждого обучающегося, это даст возможность дегустировать блюдо каждому. Школьники должны научиться сервировать стол к завтраку, обеду и ужину, и одновременно закреплять на практике правила поведения за столом. Нормы продуктов указаны в инструкционных картах приготовления блюд.
4. Дежурят школьники по бригадам. Дежурные приходят на занятие за 10-15 мин до начала для подготовки лаборатории: расставляют инвентарь на рабочие места каждой бригады, распределяет продукты. Дежурные следят за тем, чтобы в конце занятия ребята привели в порядок свои рабочие места, вымыли и убрали инвентарь. Затем дежурные выносят мусор, производят влажную уборку помещения.
5. В целях воспитания самостоятельности, активности обучающихся рекомендуется проводить дни открытых дверей. Обучающиеся показывают гостям оформление готовых блюд, рассказывают о правилах сервировки и поведения за столом, дают советы по приготовлению различных блюд, проводят викторину, угощают приготовленными блюдами.
6. Занятие завершается выполнением и защитой своих проектов.
7. Оценивание работы обучающихся может проводиться устно, а также с выставлением дополнительных оценок по предмету «Технология»

**Литература для учителя**

1. Программа технология. Хотунов Ю.А. Симоненко В.Д.

2. Выпечка домашнего приготовления. Лукъянченко О.Н., Издательство ПРООР. 1999г

3. Секреты русской кухни . Воробьева Т. М., - М., 2005 г.

**Литература для учащихся**

1. Здоровое питание. Жукова В. Н. , - М., 2010 г.

2. Тайны кулинарии. Вишняченко Т. Н., - С-Пб., 2008 г.

3. Выпечка домашнего приготовления. Велхина Н, - М., 1999 г.