Министерство общего и профессионального образования Свердловской области

Государственное казенное образовательное учреждение Свердловской области для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Богдановичский детский дом»

Программа

клуба выходного дня

«Поварята»

Составитель: Фольмер Елена Васильевна

г. Богданович

1. Пояснительная записка

По статистическим данным на вопрос о трудностях, возникающих перед выпускниками детских домов, 25% детей ответили, что это неумение готовить, самостоятельно распределять имеющиеся средства для проживания, устраивать быт. Поэтому, организация клуба выходного дня по кулинарии, его работа поможет подготовить воспитанников к преодолению трудностей социализации. Клуб выходного дня рассчитан на тех, кто делает первые шаги, знакомит с кухней, умением вести хозяйство, позволяет научиться быть экономным, хорошо ориентироваться в многообразии продуктов. В жизни каждого ребенка бывает много праздников, хочется, чтобы и наши воспитанники умели правильно организовать его, составить программу, подготовить праздничный стол, хорошо сервировать его. Ведь каждый ребенок, девочка или мальчик, становятся взрослыми, если они в детстве будут знать, уметь и проводить торжества, то и в дальнейшей своей взрослой жизни смогут подготовиться к любому семейному мероприятию, традиционному празднику, стать гостеприимными хозяевами. Занятия по кулинарии позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего творчества. У воспитанников формируются навыки в приготовлении национальных блюд и их эстетического оформления. Основными целями и задачами программы является получение детьми дополнительных знаний, умений и навыков по кулинарии, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности и применения в быту. Особенностью данной программы является то, что у воспитанников появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны после выпуска из детского дома.

**ЦЕЛЬ:** подготовка детей к самостоятельной жизни.

**ЗАДАЧИ:**

1. Формирование основных знаний, умений и навыков приготовления пищи.
2. Приобщать к семейным традициям.
3. Вырабатывать навыки здорового образа жизни.
4. Формирование культуры общения.

Тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сроки | Тема | Теоретическая часть | Практическая часть |
| Октябрь | Вводное занятие | Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода). | Режим питания. Встреча с медицинскими работниками детского дома.  Составление меню. |
| Октябрь | Гигиена приготовления пищи. | Содержание в чистоте кухни и инвентаря. Личная гигиена во время приготовления пищи. Хранение и обработка продуктов. Аптечка. | Выполнение правил гигиены во время приготовления пищи. Экскурсия на кухню. |
| Ноябрь | Техника безопасности на занятиях по кулинарии. | Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. | Выполнение правил техники безопасности во время приготовления пищи. Учимся пользоваться тостером, миксером, микроволновкой. |
| Ноябрь | Сервировка стола. Правила поведения за столом. | Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину, чаю. Праздничная сервировка стола. Правила поведения за столом. | Сервировка стола и выполнение правил поведения за столом.  Праздник « Кто гостей не любит звать, тому радости не знать» |
| Декабрь | Первичная обработка овощей. | Сортировка, мойка, очистка и нарезка. Формы простой, сложной, фигурной нарезки овощей и их применение. Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов. | Очистка и нарезка овощей кружочками, соломкой, брусочками, кубиками, дольками и ломтиками.  Конкурсная программа «Мастер-шеф». |
| Декабрь | Холодные блюда и закуски. | Значение холодных блюд в питании. Винегрет. Бутерброды. Разделка и украшение сельди. Украшения из овощей и яиц. | Приготовление витаминного салата, винегрета, бутербродов, забавно оформленных блюд, украшений из овощей и яиц. Конкурс «Кулинарный поединок». |
| Январь | Салат-Оливье. | История происхождения салата, виды салатов-Оливье. | Приготовление салата, оформление блюда. |
| Январь | Первые блюда. | Значение первых блюд в питании. Классификация супов по способу приготовления. | Приготовление окрошки |
| Февраль | Изделия из круп. | Питательная ценность круп, обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп. | Приготовление манника. |
| Февраль | Овощные гарниры. | Значение гарниров из овощей, их вкусовые и питательные качества. | Приготовление картофельного пюре, картофеля жареного.  Праздник «Эх, картошка, объеденье». |
| Март | Рыбные блюда. | Питательная ценность рыбы. Признаки ее доброкачественности. Разделка рыбы. Изделия из нее. | Разделка рыбы и приготовление блюд из рыбы. |
| Март | Изделия из яиц и творога. | Значения молочных блюд. Изделия из творога. Пищевая ценность яиц. Блюда из яиц. | Приготовление сырников, вареников, глазуньи. |
| Апрель | Изделия из теста. | Виды теста. Способы приготовления теста. | Приготовление пельменей, блинов, оладий.  Посиделки «Ладушки –оладушки» |
| Апрель | Сладкие блюда и напитки. | Значение и вкусовые качества сладких блюд. Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота, киселя, желе). Горячие и холодные напитки. Способы приготовления горячих напитков. | Приготовление киселя или желе, кофе с молоком. |
| Май | Чай | Способы заваривания чая. Правила подачи горячих напитков. Правила поведения за столом. | Заваривание чая. Сервировка стола к чаю.  Чаепитие. |
| Май | Итоговое занятие. | Подведение итогов за год. | Игровая программа «Веселые поварята». |

Предполагаемые результаты  
  
Дети получат знания:

* способы приготовления и оформления блюд
* правила подачи блюд
* пищевую ценность овощей
* правила поведения за столом
* правила по техники безопасности при кулинарных работах
* санитарно-гигиенические требования

Дети приобретут умения:

* правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда
* приемы тепловой кулинарной обработки
* готовить холодные блюда
* украшать готовое блюдо
* готовить изделия из теста
* сервировать стол
* соблюдать санитарно-гигиенические требования
* соблюдать правила по техники безопасности
* правильно вести себя за столом