Министерство образования Саратовской области

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение

«Энгельсский политехникум

(ГАПОУ СО «Энгельсский политехникум»)

РАССМОТРЕНА
на заседании педагогического совета
ГАПОУ СО «Энгельсский политехникум»
Протокол №5 от «30» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора ГАПОУ СО
«Энгельсский политехникум»
№ 536-ОД от «31» мая 2024 г.

Директор ГАПОУ СО
«Энгельсский политехникум»
_____ В.И.Лепехин

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008599288C7E9D92BCAA5FA982EF387C6F
Владелец: Лепехин Василий Иванович
Действителен: с 17.07.2023 до 09.10.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Кулинария для домохозяек»

г. Энгельс

2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа «Кулинария для домохозяек» разработана ресурсным центром ГАПОУ СО «Энгельсский политехникум».

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Саратовской области «Энгельсский политехникум».

Разработчики:

Цацаева Татьяна Николаевна, методист ГАПОУ СО «Энгельсский политехникум»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ 4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ 6
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 8
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ 10
5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ 11
6. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 12

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Глубокие социально - экономические преобразования общества на своём современном этапе выявили обострение проблемы социализации подростка в обществе. В связи с этим программа «Кулинария» имеет социально-педагогическую направленность.

Во- первых, не из каждой семьи (в силу субъективных и объективных причин) ребёнок может после окончания общего среднего образования получить дополнительное образование в Вузе.

Во- вторых, не стоит забывать, что мы ещё способствуем развитию качеств личности будущих жён и мужа, матери и отца. Знания в области питания, эстетики приёма пищи, технологии обработки, переработки, хранения продуктов, рациональному, экономичному подбору блюд в будущей семье помогут решить одну сторону адаптации девушки, юноши в самостоятельной супружеской жизни.

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы визажа» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон №273),

- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

- СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28).

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242).

- Положение о применении дистанционных образовательных технологий при реализации программ профессионального обучения, программ дополнительного образования детей и взрослых.

Программа имеет социально-педагогическую направленность и стартовый уровень освоения.

1.2. Область применения

Программа курсов «Кулинария для домохозяек» предназначена для подготовки лиц, желающих в кратчайшие сроки научиться готовить вкусно, полезно, правильно.

Программа направлена на удовлетворение потребностей заказчиков. Конечные результаты обучения конкретизированы в виде умений, знаний.

Обучение по программе осуществляется за счет средств физических лиц по договорам на оказание платных образовательных услуг, заключаемым при приеме на обучение.

1.3. Количество часов на освоение программы:

Дополнительная общеразвивающая программа «Кулинария для домохозяек» рассчитана на 40 часов, 1 месяц.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения программы слушатель должен:

уметь:

- соблюдать правила санитарии и гигиены при первичной обработке продуктов;
- применять безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями;
- перебирать зелень, плоды, овощи, ягоды, картофель;
- производить первичную обработку всех видов овощей;
- выполнять нарезку овощей простыми формами и в виде украшений;
- составлять план-меню;
- оценивать качество сырья и полуфабрикатов;
- потрошить рыбу, птицу;
- готовить холодные блюда и закуски, первые блюда, вторые блюда, сладкие блюда.

знать/понимать:

- правила поведения, правила санитарии и гигиены, общие правила организации рабочего места и безопасности на занятиях по обработке пищевых продуктов;
- оборудование кухни;
- кухонную, столовую и чайную посуду, инструменты и приспособления для приготовления пищи;
- правила ухода за кухонной, столовой и чайной посудой;
- значение питания; основные группы продуктов питания;
- общие требования к качеству продуктов питания и их хранению;
- пищевую ценность хлеба, яиц, круп и макаронных изделий, рыбы и мяса;
- приготовление рыбных и мясных блюд;
- правила организации рабочего места, санитарно-гигиенические правила и правила безопасности при чистке и мытье кухонной посуды и приспособлений, мытье столовой посуды и приборов, чайной посуды.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеразвивающей программы
«Кулинария для домохозяек»

Категория слушателей: лиц, желающих в кратчайшие сроки получить навыки в области кулинарии
Срок обучения: 1 месяц, 4 недели, 40 часов.
Режим занятий: 2 часа в день, 10 часов в неделю.
Форма обучения: очно-заочная и/или с применением дистанционных образовательных технологий.

№ п/п	Наименование тем, разделов	**Количество часов**		**Форма контроля**
		всего	**В т.ч. практ.**	
1	Введение Значение питания в жизни человека	4	-	Устный опрос
2	Подготовка растительного сырья Подготовка сырья животного происхождения	2	-	Устный опрос практическое задание
3	Подготовка сырья из птицы и дичи Подготовка рыбного сырья	2	-	Устный опрос
4	Приготовление блюд из мяса	4	4	практическое задание
5	Приготовление блюд из рыбы	4	4	практическое задание
6	Супы и бульоны без проблем	4	4	практическое задание
7	Завтраки	2	2	практическое задание
8	Заправки для салатов	2	2	практическое задание
9	Блюда и гарниры из круп, бобовых и макаронных	2	2	практическое задание
10	Тесто	10	10	практическое задание
11	Элементы кулинарного декорирования	2	2	практическое задание
12	Итоговое занятие	2	2	Контрольное практическое задание
	Итого	**40**	32	

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема занятий	Содержание учебного материала	Количество часов	
		всего	В т.ч. практ.
Введение Значение питания в жизни человека	Техника безопасности на кухне. Гигиена. Кухонный инвентарь.	2	
	Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма. Оценка пищевой и энергетической ценности продуктов Диетическое, щадящее, сбалансированное, спортивное питание Питание различных групп взрослого населения. Особенности питания детей и подростков Составление меню: праздничное, постное, спортивное, раздельное Составление меню суточного рациона Определение химического состава и калорийности отдельных блюд и меню в целом	2	-
Подготовка растительного сырья Подготовка сырья животного происхождения	Корнеплоды, Плодовые овощи, Листовые овощи. Замороженные овощи Техника нарезки (практика шинкования, нарезка соломкой, тар-тар и проч.). Говядина, свинина. Как выбирать и хранить Подготовка к использованию. Способы и формы нарезки	2	-
Подготовка сырья из птицы и дичи Подготовка рыбного сырья	Как выбирать и хранить. Формовка птицы для варки целиком Выделение куриного филе. Полуфабрикаты из мяса птицы Как выбирать рыбу, в каком виде она продается. Способы хранения рыбы Подготовка рыбы к кулинарной обработке. Подготовка рыбы с хрящевым скелетом (осетровые породы). Способы и формы нарезки	2	-
Приготовление блюд из мяса	Степени прожарки говядины. Блюда из говядины *Жарка*: Стейк из говяжьей вырезки (рассказываем все про стейки, изучаем степени прожарки.) Блюда из свинины *Запекание*: свиная шея с розмарином и чесноком по-итальянски	2	2
	Блюда из птицы Куриная грудка – секреты сочной грудки. Гарнир – пюре. Готовим соус песто и соус гарганзола. Куриные крылья и голень – запекание с картофелем. Готовим соусы, подходящие к разным видам мяса (перечный соус «Пепе верде», кисло-сладкий, брусничный соус).	2	2
Приготовление	Техника разделки рыбы и правила обращения с ней	2	2

блюд из рыбы	(на примере форели). Обжаривание филе форели.		
	Виды потрошения рыбы. Запекание сибаса целиком с томатами и базиликом.	2	2
Супы и бульоны без проблем	Как правильно приготовить бульон, секреты приготовления супов. Борщ Рассольник	2	2
	Уха Грузинский харчо с говядиной	2	2
Завтраки	Яйцо пашот (разные способы приготовления). Виды омлетов (открытый с мясными ингредиентами, закрытый с рыбой и сливочным сыром). Жидкое тесто (блины). Оладьи. Сырники.	2	2
Заправки для салатов	Заправки для салатов (соус Цезарь, домашний майонез, заправки на основе оливкового масла)	2	2
Блюда и гарниры из круп, бобовых и макаронных	Варка рассыпчатой рисовой каши Варка гороховой каши Варка макаронных изделий	2	2
Тесто	Тесто для пельменей. Приготовим пельмени.	2	2
	Дрожжевое тесто: пироги, расстегаи	2	2
	Песочное тесто: лимонный французский пирог	2	2
	Сдобное тесто: плюшка «Московская», бриоши	2	2
	Слоеное тесто: конвертик слоеный с повидлом	2	2
Элементы кулинарного декорирования	«Карвинг». Украшение блюд. Гармоничное сочетание цветов, форм и объемов	2	2
	Итоговое занятие	2	2
	Всего по программе:	**40**	32

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Освоение дополнительной общеразвивающей программы «Кулинария для домохозяек» завершается контрольным практическим занятием.

Итоговое занятие проводится для определения соответствия полученных знаний, умений по программе «Кулинария для домохозяек».

Контрольное практическое задание:

1. Выполнение итоговой тестовой работы
2. Выполнение итогового практического задания.

Результаты обучения (освоенные умение, освоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
уметь: • соблюдать правила санитарии и гигиены при первичной обработке продуктов; • применять безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями; • перебирать зелень, плоды, овощи, ягоды, картофель; • производить первичную обработку всех видов овощей; • выполнять нарезку овощей простыми формами и в виде украшений; • составлять план-меню; • оценивать качество сырья и полуфабрикатов; • потрошить рыбу, птицу; • готовить холодные блюда и закуски, первые блюда, вторые блюда, сладкие блюда.	Индивидуальный контроль, Устный опрос Практическая работа
знать: • правила поведения, правила санитарии и гигиены, общие правила организации рабочего места и безопасности на занятиях по обработке пищевых продуктов; • оборудование кухни; • кухонную, столовую и чайную посуду, инструменты и приспособления для приготовления пищи; • правила ухода за кухонной, столовой и чайной посудой; • значение питания; основные группы продуктов питания; • общие требования к качеству продуктов питания и их хранению; • пищевую ценность хлеба, яиц, круп и макаронных изделий, рыбы и мяса; • приготовление рыбных и мясных блюд; • правила организации рабочего места, санитарно-гигиенические правила и правила безопасности при чистке и мытье кухонной посуды и приспособлений, мытье столовой посуды и приборов, чайной посуды.	Итоговый контроль: Контрольное практическое задание

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Организационно-педагогические условия реализации программы

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Кулинария для домохозяек» обеспечена педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю программы.

5.2. Материально-технические условия реализации программы

Наименование спецкабинетов, мастерских	Вид занятий	Наименование оборудования
Кабинет технологии приготовления пищи	теоретические	Компьютер, мультимедийное оборудование, наглядные пособия
Учебная лаборатория «Повар»	практические	Электрические плиты, электрические духовые шкафы, пароконвектомат, холодильники, механическое оборудование, посуда, инвентарь.
Кондитерская лаборатория	практические	Кондитерское оборудование и инвентарь

5.3. Информационное обеспечение реализации программы

1. Пасько, О. В. Технология продукции общественного питания: учебник для среднего профессионального образования / О. В. Пасько, Н. В. Бураковская, О. В. Автюхова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 203 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14029-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://www.urait.ru/bcode/491498

2. Пасько, О. В. Технология продукции общественного питания. Лабораторный практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. В. Пасько, О. В. Автюхова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 268 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07919-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://www.urait.ru/bcode/491834

6. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование темы	Всего часов по учебному плану	1 месяц				Всего по факту
			1 нед.	2 нед.	3 нед.	4 нед.	
1	Введение Значение питания в жизни человека	4	4				4
2	Подготовка растительного сырья Подготовка сырья животного происхождения	2	2				2
3	Подготовка сырья из птицы и дичи Подготовка рыбного сырья	2	2				2
4	Приготовление блюд из мяса	4	2	2			4
5	Приготовление блюд из рыбы	4		4			4
6	Супы и бульоны без проблем	4		4			4
7	Завтраки	2			2		2
8	Заправки для салатов	2			2		2
9	Блюда и гарниры из круп, бобовых и макаронных	2			2		2
10	Тесто	10			4	6	10
11	Элементы кулинарного декорирования	2				2	2
12	Итоговое занятие	2				2	2
Нагрузка в неделю, час		**40**	10	10	10	10	40