

МКУ «Комитет по образованию Администрации г.Улан-Удэ»  
Муниципальное Бюджетное Образовательное Учреждение Детский сад №143  
«Золотая рыбка» комбинированного вида г.Улан-Удэ

Принято на педагогическом совете.  
Протокол №1 от 09.09.2022г



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №143  
«Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
Приказ № 79/1 от 13.09.2022г

## Рабочая программа

Кружковой работы для детей 6-7 лет  
«Юный кулинар»

Составитель:  
Воспитатели  
Волкова Е.В.  
Чойнжурова Е.В.

2022 год  
г.Улан-Удэ

## Содержание

1. Пояснительная записка
  - 1.1. Актуальность
  - 1.2. Цели и задачи программы
  - 1.3. Принципы создания и средства реализации о программы
  - 1.4. Концептуальные положения
2. Календарно-тематический план
3. Критерии диагностики усвоения программных задач валеологического образования
4. Программно-методическое обеспечение работы

## 1. Пояснительная записка

«Скажи мне – и я забуду,  
Покажи мне – и я запомню,  
Вовлеки меня – и я научусь»

### Китайская пословица

В системе воспитания дошкольников важное место занимает трудовое, нравственное, эстетическое, экологическое воспитание детей. Программа по кулинарии соединила в себе все эти направления в единое целое.

Кулинария – искусство приготовления пищи. «*В здоровом теле – здоровый дух!*» - говорили древние, здоровье и настроение, готовность трудиться во многом зависят от питания и отдыха. Важно не только правильно готовить, но и правильно питаться. Умение вкусно готовить хорошая привычка. Умение красиво подать блюдо, правила сервировки — воспитывает эстетический вкус. Навыки и умение, сформированные в детстве, закладывают установку для дальнейшей жизни.

На занятиях по кулинарии дети учатся искусству приготовления пищи, творчески оформлять блюда, как на каждый день, так и к праздникам, выставкам, готовить бутерброды, разные закуски, салаты, холодные блюда, десерты и изделия из теста.

Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития практических навыков детям предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора детей, облегчающий их дальнейшую социализацию. Дети любят готовить, пользуются всевозможными приборами и посудой, учатся работать с современной бытовой техникой. Особенно интересен раздел «*кулинарная география*» позволяющий расширить знания детей, ближе познакомиться со страной изучаемого языка (*английского, китайского*).

### 1.1. Актуальность

От того как человек питается, зависит его здоровье, внешний вид, функционирование внутренних органов, настроение, трудоспособность.

Дело в том, что дети, как правило, получая готовую пищу, не знают как и из каких продуктов, она готовится, не имеют практического опыта, элементарных знаний и умений. Родителям, как показывает практика, некогда обращать внимание на этот важный аспект социализации ребенка. Именно здесь кроется опасность упущения сенситивного периода. Вот поэтому возникла идея о необходимости проводить в основном практические занятия по кулинарии, дающие основы знаний и умений готовить пищу, соблюдать гигиену, культуру питания, как одного из важных направлений решения проблемы социальной адаптации детей.

Владение кулинарией требует большого объема знаний и навыков, значительной культуры и эрудиции, чтобы соответствовать современным требованиям. Полученные на занятиях знания помогут детям не только гостей гостей, но и сделать, быть может, первый шаг в создании общесемейного досуга. Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития навыков детям предлагается и интересный информационный материал, способствующий расширению кругозора детей, получению новых навыков, развивающих творческое мышление, воображение, фантазию, способствующих эффективной социализации.

В программе материал разбит в соответствии с возрастом детей и поэтапным накоплением знаний, отработаны темы занятий по первому, второму, третьему году обучения.

Актуальность программы «Кулинария» в том, что обучение детей направлено на развитие их фантазии, творчества, кругозора. Многие задания, как «Сборник семейных рецептов» или конкурс «Кулинарные секреты моей бабушки» способствуют формированию семейного микроклимата, повышению заинтересованности в дошкольном образовании всей семьи.

#### 1.2. Основные цели программы :

- развитие эстетического вкуса учащихся
- расширение знаний учащихся в кулинарии
- формирование культуры общения
- формирование и развитие творческих способностей учащихся в кулинарии
- формировать экологические убеждения.

Программа имеет необходимое учебно – методическое обеспечение для успешной реализации поставленной цели и направлена на осуществление следующих задач:

- знакомить детей с традициями русской кухни и их местом в народной бытовой культуре;
- формировать навыки и умения приготовления некоторых блюд русской, славянской кухни и кухни некоторых народов мира развивая терпение, настойчивость, трудолюбие;
- знакомить учащихся с разнообразными технологиями кулинарии и освоить с ними технологии приготовления блюд кулинарных и кондитерских изделий, требующих простой кулинарной обработки, расширяя трудовой опыт детей, приучить к самообслуживанию;
- освоить технологию определения признаков доброкачественности продуктов;
- обучить приёмам художественного оформления блюд и сервировки стола;

- формировать представление о рациональном и здоровом натуральном питании;
- формировать умение рационально организовать труд на своем рабочем месте;
- выработать безопасные и санитарно – гигиенические приемы труда;
- знакомить с технологическим оборудованием, производственным инвентарем, инструментами, весоизмерительными приборами и правилами их эксплуатации;
- знакомить обучающихся с технологией осуществления проектно-исследовательской деятельности в сфере изучения кулинарных традиций.
- развивать интерес к творческому познанию и самовыражению;
- формировать и поддерживать интерес к народному творчеству и культуре в сфере быта;
- способствовать развитию художественного вкуса;
- формировать навыки работы в коллективе, воспитывая чувство товарищества и взаимопомощи, ответственности за порученное дело.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие формы обучения: беседы, игры с тестом, практические занятия по приготовлению блюд, отчетные занятия, выполняемые самостоятельно практические работы по приготовлению и оформлению блюд, различные конкурсы, предметные недели, проектная, исследовательская деятельность.

Соответствие уровня развития детей программным требованиям выявляется при помощи метода наблюдения, метода сравнения независимых характеристик, изучения продуктов образовательной деятельности, в ходе проведения зачетных и открытых мероприятий. Диагностические данные заносятся в таблицы, позволяющие отслеживать результаты дополнительного образования детей и развития личностных качеств. Критерии оценки уровня освоения программных требований работы по пяти показателям : знания и умения, мотивация познания, творческая активность, эмоциональная настроенность, достижения.

Первым этапом для детей 3-4,5 лет являются *«Игры с соленым тестом»*. Они несут в себе большой потенциал для развития детей младшего возраста и адаптации к дошкольному учреждению. При действии с кусочком теста у ребенка:

- гармонизируется эмоциональное состояние,
- развивается тактильно-мнемическая чувствительность, которая стимулирует центр речи в головном мозге,
- активизируя речевое развитие в целом (в увлекательной игре на пике эмоций малыш способен усвоить много новых слов и выражений).

Экспериментирование с тестом, инструментами и дополнительными материалами позволяет:

- обогащать сенсорный опыт детей,
- формировать представление о форме,
- формировать представление о свойствах и возможностях пластичных материалов;
- стимулирует познавательную активность;
- способствует развитию воображения, абстрактного мышления, творчества.
- сеансы лепки из соленого теста позволяют малышу почувствовать себя творцом, способным подчинить собственной воле материал и создать из него новый образ.

Дети не сразу могут лепить поделки из соленого теста. Сначала происходит знакомство с соленым тестом - дети мнут, щипают тесто, шлепают по нему, отщипывают большие и маленькие кусочки, скатывают и сплющивают комочки.

Потом последовательно идут следующие этапы:

- раскатывание теста скалкой или шариком;
- отпечатки на тесте ступней и ладоней;
- отпечатки листьев деревьев, колосков, веточек;
- вырезание фигурок формочками для теста или песка;
- украшение готовых форм из слоеного теста бусинками, шариками, пуговицами и другими декоративными элементами;
- украшение заранее приготовленных форм из слоеного теста яичной скорлупой, семечками, крупой, горохом, фасолью;
- вдавливание штампов в тестовые формы, в качестве штампов можно использовать фигурки геометрических вкладышей или детали конструктора;
- прокатывание фактурных роликов по лепешке из теста для создания узора.

После знакомства с тестом можно переходить к игровым сеансам, в ходе которых малыши познакомятся с приемами лепки и разнообразными способами украшения поделок.

Содержание первого года обучения непосредственно программы по Кулинарии включает в себя 10 тем, на освоение которых отводится 216 часов. Режим занятий: два парных занятия в неделю по 30 мин с 15-минутными

перерывами. Занятия проводятся в учебном помещении, оборудованном в соответствии с установленными нормами и требованиями.

Содержание программы второго года обучения концентрично по отношению к содержанию 1-го года, но учебный материал более углублен, расширен и дополнен. Учебно – тематический план 2-го года обучения включает в себя 14 тем и регламентирован 180 часами. По окончании учебного года проводятся открытые итоговые занятия, форма которых определяется уровнем творческой активности детей. Режим занятий 2-го года обучения: два занятия в неделю по 2 занятия по 30 мин с 15-ти минутными перерывами.

Длительность занятий определяется особенностью работы – приготовление пищи, занятия не утомляют ребят, т. к. в течение этого времени меняются виды работы.

В нашей программе по детской кулинарии отводится определенное количество времени для приобщения детей к секретам приготовления пищи, знакомству с разнообразием кухни разных стран, а так же приобретение навыков самообслуживания, сервировки стола, правил подачи пищи.

Кружки кулинарии способствовать развитию познавательного интереса дошкольников.

Предполагаемые результаты

Дети получают знания:

- виды блюд
- способы приготовления и оформления блюд
- правила подачи блюд
- пищевую ценность овощей
- правила поведения за столом
- правила по технике безопасности при проведении кулинарных работ
- санитарно-гигиенические требования
- экологической подготовки
- секреты национальных кухонь

Дети приобретут умения:

- правильно подбирать формы нарезки вареных и свежих овощей при приготовлении блюда
- готовить холодные блюда
- украшать готовое блюдо
- готовить изделия из теста

- витаминизировать пищу
- сервировать стол
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования
- соблюдать правила по техники безопасности
- правильно вести себя за столом

#### Примерные тестовые задания

1. Укажите где санитарно-гигиенические требования, а где правила безопасных работы :

- (. ) руки мойте с мылом;
- (. ) пользоваться прихваткой для горячего;
- (. ) использовать разделочные доски;
- (. ) наденьте фартук;
- (. ) уберите волосы под головной убор;
- (. ) включайте и выключайте электроприбор сухими руками.

2. Выберите правильные ответы.

Витамин А содержится в:

- (. ) молоке
- (. ) овощах
- (. ) яичном желтке
- (. ) печени животных

3. В качестве разрыхлителей теста применяются:

- (. ) сахар
- (. ) желатин
- (. ) дрожжи
- (. ) маргарин
- (. ) пищевая сода

4. Предметами общего пользования в сервировке стола являются:

- (. ) вилки
- (. ) ложки
- (. ) хлебница
- (. ) скатерть
- (. ) солонка
- (. ) тарелки

5. Чтобы смягчить стук приборов и тарелок по столу, под скатерть кладут:

- (. ) тонкий поролон
- (. ) клеенку
- (. ) тонкую бумагу
- (. ) шелковую ткань
- (. ) тяжелую мягкую ткань

6. Перед приготовлением рис:



(.) промывают

(.) обжаривают

(.) сушат

(.) перебирают

(.) проверяют на наличие вредителей

7. Салат из свежих овощей украшают:

(.) зеленью

(.) искусственными цветами

(.) майонезом

(.) фигурной нарезкой

8. Из дрожжевого теста можно приготовить:

(.) пироги

(.) печенье

(.) торт

(.) оладьи

(.) кулич

9. Консервирующими веществами при заготовке продуктов являются:

(.) соль

(.) пищевая сода

(.) сахар

(.) уксусная кислота

(.) лимонная кислота

10. Для максимального сохранения минеральных солей в овощах их:

(.) варят в кожуре

(.) варят на пару

(.) запекают в духовом шкафу

(.) жарят

11. Салфетку на колени кладут:

(.) полностью развернутой

(.) сложенной вдвое

(.) сложенной по диагонали

12. Праздничный стол украшают:

(.) невысокими букетами в низких вазах

(.) цветами с длинными стеблями в высоких вазах

(.) цветами с резким запахом

(.) с гирляндами из живых цветов.

13. Для приготовления желе применяются желирующие вещества:

(.) крахмал (.) ваниль

(.) агар (.) желатин

(.) сахар

.

Список литературы

1. Ю. Л. Хатынцев, В. Д. Симоненко Программы по трудовому обучению., М., «Просвещение», 2005.

2. Н. М. Коньшева «Трудовое обучение в начальных классах» Издательство: СпецЛит 2000.
3. Г. И. Жаренкова «Трудовое обучение». М., Дрофа, 2001.
4. Книга о вкусной и здоровой пище - М. : Колос, 1993.
5. Коноплева Н. П. Как относиться к себе и быту, или Практическая психология Хозяйки Дома. – М. : АСТ-Пресс, 1997.
6. Бочкова И. А. Кулинария для детей. Кухни народов мира. - М., 2001.
7. Евладова Е., Логинова Л. Г. Дополнительное образование детей. – М., 2002.
8. Е. И. Стадник. Учимся готовить – ООО Издательство «Ранок», 2011.
9. ШКОЛА ЖИЗНИ Подготовка к самостоятельной жизни Учебно – методическое пособие, Л. М. Кобрина, В. В. Юнина. - СПб. : изд. «Золотой Орёл», 2005.