

УТВЕРЖДЕНО  
Постановление  
Министерства образования  
Республики Беларусь  
18.06.2020 № 137

Учебная программа факультативного занятия  
«Волшебный мир кулинарии»  
для V-VI классов учреждений образования, реализующих  
образовательные программы общего среднего образования

## ГЛАВА 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Настоящая учебная программа предназначена для V-VI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования.

2. Настоящая учебная программа рассчитана на 70 часов (по 35 часов в каждом классе, 1 час в неделю).

Количество учебных часов, отведенное в главе 2 настоящей учебной программы на изучение учебного материала соответствующей темы, является примерным и зависит от видов деятельности, организуемых учителем, и учебно-познавательных возможностей учащихся. Учитель имеет право перераспределить количество часов на изучение тем в пределах 35 часов.

3. Цель – формирование познавательных потребностей учащихся, создание условий для развития навыков по кулинарии, необходимых в повседневной жизни, как одного из элементов социализации личности.

4. Задачи:

расширение и углубление знаний о кулинарии;

развитие эстетического вкуса, познавательных интересов и творческого потенциала учащихся;

воспитание уважительного отношения к белорусским народным традициям, кулинарному искусству белорусского народа;

формирование умений учащихся по приготовлению кулинарных блюд.

5. Формы и методы обучения и воспитания рекомендованы с учетом возрастных особенностей учащихся V-VI классов, содержательного и процессуального компонентов учебного материала. Формы, методы и средства обучения и воспитания должны быть нацелены на учащегося как центральную фигуру образовательного процесса, стимулирование его учебной деятельности, развитие самостоятельности в учении. На факультативном занятии могут быть использованы следующие формы проведения занятий: фронтальная, бригадная, индивидуальная. В процессе преподавания факультативных занятий используются разнообразные методы: рассказ с демонстрацией, беседа, сообщение учащихся, лабораторные и практические работы, творческие мини-проекты, другое.

6. Основные требования к результатам освоения содержания учебного материала выражаются в том, что у учащегося будут сформированы:

6.1. знания:

организации здорового питания: рациональное питание и режимы питания;

предотвращения пищевых факторов риска;

органолептического оценивания свежести продуктов перед их употреблением;

определения качества продуктов и готовых блюд;

6.2. умения:

выбора рецептуры;

подбора продуктов, посуды, инструментов, приспособлений и оборудования в соответствии с блюдами;

использования инструментов, приспособлений и оборудования, предназначенных для работы с пищевыми продуктами;

читать информацию на этикетках продуктов и оценивать их пригодность для еды;

оценивать правильность и сроки хранения продуктов по упаковке;

6.3. навыки:

безопасных приемов труда в процессе работы;

приготовления блюд, их подачи;

эстетического оформления блюд;

проектной деятельности;

выполнения проекта и оценка его результатов;

презентации творческого проекта.

## ГЛАВА 2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

V класс (35 часов)

Тема 1. Введение. Приглашаем в мир кулинарии (1 час)

История кулинарного искусства. Кулинария как наука и искусство. История кулинарного искусства. Требования к организации учебного места при выполнении кулинарных работ. Правила безопасного поведения. Правила безопасного поведения при работе с пищевыми продуктами.

Тема 2. Культура питания (2 часа)

Питание. Значение питания в жизни человека. Состав пищевых продуктов. Белки, жиры, углеводы и их значение для организма человека.

Витамины. Роль витаминов в питании человека. Содержание витаминов в различных пищевых продуктах. Минеральные соли и их значение для человека.

Лабораторная работа «Содержание белков, жиров и углеводов в продуктах питания».

### Тема 3. Продукты питания. Приготовление блюд (16 часов)

#### 3.1. Виды обработки продуктов (2 часа)

Технологический процесс. Сырье. Полуфабрикаты. Готовая продукция. Основные стадии технологического процесса. Механическая обработка пищевых продуктов: значение, приемы, основные способы. Экскурсия на предприятие общественного питания.

#### 3.2. Незаменимые продукты (2 часа)

Соль. Исторические сведения. Способы получения соли. Состав и пищевая ценность соли. Ассортимент соли.

Хлеб. Исторические сведения. Пищевая ценность и значение хлеба и хлебобулочных изделий. Приготовление хлеба. Ассортимент хлебобулочных изделий. Национальные сорта хлеба. Требования к качеству хлебобулочных изделий. Экскурсия на хлебозавод.

#### 3.3. Улучшители вкуса (1 час)

Пряности, специи. Исторические сведения. Виды пряностей, специй, приправ. Применение в кулинарии. Принципы подбора к блюдам.

#### 3.4. Основные сведения о пищевых продуктах и блюдах. Приготовление и подача блюд (11 часов)

Холодные блюда и закуски. Значение в питании человека. Основные продукты, необходимые для их приготовления.

Бутерброды. Исторические сведения. Значение в питании человека. Классификация бутербродов. Особенности приготовления. Требования, предъявляемые к приготовлению бутербродов. Правила подачи.

Яйца и яичные продукты. Исторические сведения. Ассортимент яиц и яичных продуктов. Пищевая ценность яиц и яичных продуктов и их значение в питании человека. Особенности тепловой обработки.

Блюда из яиц. Исторические сведения. Требования к качеству готовых блюд. Правила подачи.

Сладкие блюда и напитки, и их значение в питании человека. Классификация. Горячие напитки: чай, кофе, какао, шоколад.

Чай. Исторические сведения. Производство чая. Особенности чайного растения. Состав и свойства чая. Виды и сорта чая. Значение в питании человека. Правила покупки качественного чая. Способы заваривания чая. Требования к качеству заваренного чая. Правила подачи.

Кофе. Исторические сведения. Питательная ценность. Классификация кофе. Технология производства кофе. Правила выбора

качественного кофе. Технология приготовления кофе. Правила подачи. Кофейные напитки. Ассортимент кофейных напитков.

Какао. Исторические сведения. Питательная ценность. Получение какао-порошка. Ассортимент какао.

Шоколад. Исторические сведения. Питательная ценность. Технология приготовления какао, шоколада. Требования к качеству готовых напитков. Правила подачи.

Практические занятия:

1. Способы нарезки хлеба.
2. Приготовление бутербродных масс. Приготовление бутербродов. Творческий проект «Его величество бутерброд».
3. Приготовление блюд из яиц. Творческий проект.
4. Приготовление горячих напитков.

Тема 4. Секреты кулинарии (13 часов)

4.1. Виды и способы оформления и украшения блюд. Украшения из фруктов (2 часа)

Практическое занятие:

5. Изготовление украшений из фруктов для оформления блюд.

4.2. Секреты белорусской кухни (4 часа)

Особенности приготовления традиционных белорусских блюд.

Практическое занятие:

6. Приготовление традиционных белорусских блюд и напитков. Творческий проект «Завтрак по-белорусски».

4.3. Приоткрываем тайну... Кухни народов мира (3 часа)

Кухни мира. Характерные особенности национальных кухонь стран Европы. Характерные особенности национальных кухонь стран Азии.

Практические занятия:

7. Приготовление блюд европейской кухни.
8. Приготовление блюд азиатской кухни.

4.4. Совершенно несекретно (2 часа)

Искусство сервировки стола. Мастер-класс. Сервировка стола к завтраку.

Практическое занятие:

9. Сервировка стола к завтраку по предложенному меню.

4.5. Несекретные советы... (2 часа)

Портфолио и его виды. Правила оформления.

Практическое занятие:

10. Оформление портфолио.

### Тема 5. Кулинария как профессия (1 час)

Профессии, связанные со сферой общественного питания. Встреча с представителями профессий, связанных с пищевой промышленностью.

### Итоговое занятие (2 часа)

Творческий отчет. Конкурс кулинарного мастерства «Званный завтрак».

## VI класс (35 часов)

Тема 1. Введение. Продолжаем путешествие в мир кулинарии (1 час)

История белорусской кулинарии. История кулинарной культуры белорусского народа.

Безопасность прежде всего...Пищевые отравления. Их виды и причины. Профилактика пищевых отравлений. Пищевые инфекции, их профилактика.

### Тема 2. Культура питания (2 часа)

Секреты здорового питания. Режим питания. Качество питания. Невидимые враги. Пищевые добавки, запрещенные в Республике Беларусь.

Лабораторная работа «Наличие пищевых добавок в продуктах питания».

### Тема 3. Продукты питания. Приготовление блюд (20 часов)

#### 3.1. Виды обработки продуктов (2 часа)

Тепловая обработка продуктов. Значение тепловой обработки продуктов. Приемы тепловой обработки, их классификация. Экскурсия на предприятие общественного питания.

#### 3.2. Незаменимые продукты (1 час)

Вода. Значение воды в питании человека. Способы улучшения ее качества. Бутилированная вода. Минеральная вода. Категории минеральной воды. Характерные особенности. Правила покупки минеральной воды.

Практическое занятие:

1. Определение содержания минеральных веществ в воде.

Сахар. Значение в питании человека. Ассортимент сахара. Желирующий сахар. Аналоги сахара. Заменители сахара. Классификация, значение.

### 3.3. Улучшители вкуса (1 час)

Соусы. Значение соусов в питании человека. Классификация соусов. Молочные соусы. Сметанные соусы. Соусы на сливочном масле. Сладкие соусы.

3.4. Основные сведения о пищевых продуктах и блюдах. Приготовление и подача блюд (10 часов)

Молоко и молочные продукты. Значение в питании человека. Классификация молочных продуктов. Ассортимент белорусской продукции. Молоко, сливки. Исторические сведения. Питательная ценность. Технология приготовления блюд из молока.

Кисломолочные продукты, их питательная ценность и значение в питании человека. Ассортимент кисломолочных продуктов, их характеристика. Творог, творожные продукты. Исторические сведения. Питательная ценность. Значение в питании человека. Ассортимент творожной продукции.

Сливочное масло. Ассортимент сливочного масла. Правила выбора сливочного масла. Масляные пасты. Спреды. Маргарин. Характерные особенности. Значение в питании человека.

Сыр. Исторические сведения. Питательная ценность. Значение в питании человека. Ассортимент сырной продукции. Правила выбора и сочетание с другими продуктами. «Сырный» этикет.

Практическое занятие:

2. Приготовление блюд из молочных продуктов. Творческий проект «Приготовление блюд из сыра».

Крупы. Исторические сведения. Виды круп. Ассортимент круп. Питательная ценность. Значение в питании человека. Блюда из круп. Виды каш.

Рис. Ассортимент риса. Традиции потребления риса: европейская, восточная.

Каша быстрого приготовления. Ассортимент каш. Технология производства. Значение в питании человека.

Практическое занятие:

3. Приготовление блюд из круп. Творческий проект.

Макаронные изделия. Исторические сведения. Питательная ценность. Значение в питании человека. Ассортимент макаронных изделий. Правила покупки макаронных изделий. Технология приготовления блюд. Требования к качеству приготовленных и оформленных блюд. Сочетание макаронных изделий с другими продуктами питания.

Практическое занятие:

4. Приготовление блюд из макаронных изделий.

### 3.5. Оформление и украшение блюд (2 часа)

Виды и способы украшения блюд из овощей. Украшение блюд.

Практическое занятие:

5. Изготовление украшений из овощей для оформления блюд.

### 3.6. Секреты белорусской кухни (4 часа)

Способы и приемы приготовления традиционных белорусских блюд.

Практическое занятие:

6. Приготовление традиционных белорусских блюд. Творческий проект «Ужин по-белорусски».

## Тема 4. Приоткрываем тайну ... Кухни народов мира (9 часов)

### 4.1. Кухни мира (5 часов)

Характерные особенности национальных кухонь стран Америки. Традиционные американские блюда. Характерные особенности национальных кухонь стран Африки. Традиционные африканские блюда. Характерные особенности национальной кухни Австралии.

Практические занятия:

7. Приготовление блюд американской кухни.

8. Приготовление блюд африканской кухни

### 4.2. Совершенно несекретно (2 часа)

Искусство сервировки стола. Особенности сервировки стола к ужину (повседневная, праздничная). Сервировка стола к ужину.

Практическое занятие:

9. Сервировка стола к ужину по предложенному меню.

### 4.3. Несекретные советы... (2 часа)

Портфолио. Советы по его оформлению.

Практическое занятие:

10. Оформление портфолио.

## Тема 5. Кулинария как профессия (1 час)

Профессии, связанные с пищевой промышленностью. Специальности пищевой промышленности. Встреча с представителями профессий, связанных с пищевой промышленностью.

Итоговое занятие (2 часа)

Творческий отчет. Конкурс кулинарного мастерства «Званный ужин»