Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение основная общеобразовательная школа №4

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ ООШ №4
_____ Л.А. Авдеенко
Приказ № 87- ОД от«28 » августа 2026г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4
Дата: 2026.09.01 14:28:44 +05'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Маленький шеф» 2-4 класс

Направление: Общекультурное / Социальное
Возраст обучающихся: 7–11 лет (2–4 классы)
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов в год: 60 часов

Составитель: Ураева Марина Ивановна

Г. Туринск, 2026 г.

Рабочая программа

дополнительного образования «Маленький шеф» 2-4 класс

1. Пояснительная записка

Цель программы: формирование у учащихся начальной школы базовых навыков кулинарного мастерства, культуры здорового питания и безопасного поведения на кухне.

2. Планируемые результаты

Личностные: развитие аккуратности, бережливости, трудолюбия, умения работать в команде.

Метапредметные: умение планировать свои действия, следовать инструкциям и рецептам, соблюдать временной режим.

Предметные: знание правил техники безопасности и гигиены, освоение простейших способов обработки продуктов, умение готовить базовые холодные и горячие блюда.

3. Учебно-тематический план (60 часов)

Каждое занятие (1,5 часа) идеально делится на: 15–20 минут теории (инструктаж, рецептура, санитария) и 65–70 минут практики (готовка, сервировка, дегустация и уборка).

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Безопасная кухня	2	1	1
2.	Инструктаж по ТБ. Гигиена на кухне. Организация рабочего места	1	1	0
3.	Кухонный инвентарь и посуда. Знакомство со столовыми приборами	1	1	0
4.	Культура питания и сервировка стола	2	1	1
5.	Здоровое питание — залог здоровья. Пирамида продуктов	1	1	0
6.	Правила этикета за столом. Основные правила сервировки	1	1	0
7.	Практикум: Складывание салфеток. Сервировка стола к завтраку	1	0	1
8.	Мир бутербродов и закусок	5	2	3

9.	Продукты для бутербродов. Виды нарезки (соломка, кубики, ломтики).	2	1	1
10	Практикум: Приготовление классических и открытых бутербродов	1	0	1
11	Практикум: Приготовление канапе и праздничных мини-закусок	1	0	1
12	Практикум: Закрытые бутерброды (сэндвичи) для школьного перекуса	2	1	1
13	Овощи, фрукты и полезные салаты	5	1	4
14	Роль овощей и фруктов в рационе. Правила мытья и чистки	1	0.5	0.5
15	Практикум: Приготовление простого овощного салата (винегрет / витаминный).	1	0.5	0.5
16	Практикум: Фруктовый салат с йогуртовой заправкой. Карвинг для детей	1	0	1
17	Практикум: Приготовление греческого салата (крупная нарезка).	1	0	1
18	Оформление и подача готовых салатов	2	1	1
19	Блюда из яиц и молочных продуктов	4	2	2
20	Молоко и яйца в питании человека. Правила варки яиц	2	1	1
21	Практикум: Приготовление фаршированных яиц	1	0	1
22	Практикум: Пышный омлет на сковороде или в духовке	1	0	1
23	Практикум: Десерты на основе творога (сырники без выпечки / творожная масса).	2	1	1
24	Чайная церемония и сладкий стол	5	1	4
25	История чая. Традиции чаепития в России и мире. Правила заваривания	2	1	1
26	Практикум: Приготовление фруктово-ягодного чая и какао	1	0	1
27	Практикум: Кондитерское творчество. Пирожное «Картошка» (без выпечки).	1	0	1
28	Практикум: Украшение готовых кондитерских изделий (капкейки, печенье).	1	0	1
29	Составление меню для детского праздника	2	1	1

30	Кулинарный конкурс/викторина «Знатоки кухни».	1	0	1
31	Подготовка к кулинарной выставке	1	0	1
32	Практикум: Финальный семейный сладкий стол (презентация блюд родителям).	5	0	5
	ИТОГО	60	20	40

4. Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Правила личной гигиены перед началом работы. Техника безопасности при работе с ножом, теркой, электроплитой, чайником. Обучение правильному мытью рук и посуды.

Раздел 2. Культура питания.

Понятие о режиме питания, полезных и вредных продуктах. Изучение столового этикета. Как правильно сидеть за столом, пользоваться вилкой и ножом.

Раздел 3. Мир бутербродов.

Классификация бутербродов. Продукты, используемые для их приготовления. Безопасные приемы резки хлеба, сыра, колбасы, огурцов.

Раздел 4. Овощи, фрукты и салаты.

Значение витаминов. Обучение приемам очистки овощей. Совместимость продуктов в салатах. Заправки: масло, сметана, йогурт (без майонеза).

Раздел 5. Блюда из яиц и молока.

Виды термической обработки яиц (вкрутую, всмятку, в мешочек). Технология приготовления омлета. Польза кисломолочных продуктов.

Раздел 6. Чайная церемония и сладкий стол.

Виды чая. Сервировка десертного стола. Приготовление простых сладостей, не требующих сложной тепловой обработки в духовом шкафу.

Раздел 7. Итоговое занятие.

Демонстрация полученных знаний, защита мини-проектов (рецептов), проведение итогового чаепития.

5. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: кабинет с раковиной, столы для приготовления пищи, холодильник, микроволновая печь и электрическая плитка, электрический чайник, наборы разделочных досок (маркированных для овощей, хлеба и готовой продукции), безопасные детские ножи, салатники, тарелки, чашки,

столовые приборы.

Расходные материалы: фартуки, шапочки, перчатки, бумажные салфетки, продукты питания (приобретаются по согласованию с родительским комитетом).