Муниципальное казенное учреждение
Управление образования Ковдорского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования Ковдорского муниципального округа
«Центр детского и юношеского творчества»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол
от «_24_»__апреля___2026 г.__
№ __7___

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МАУ ДО ЦДЮТ
№ 84-Б
от «_27_» _____апреля____2026 г.

Директор _____ Яковлева Т.Б.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КУХНЯ НАРОДОВ РОССИИ»

Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации программы: 1год

Автор-составитель:
Чигирева М.Н., педагог
дополнительного образования

Ковдор
2026

Пояснительная записка

Направленность программы - социально-гуманитарная
Уровень программы – продвинутый

Программа разработана в соответствии со следующими законами и нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28, г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций»)
- Устав МАУ ДО ЦДЮТ

Русская кухня многообразна, она включает в себя элементы древнеславянской кухни, а также блюда народов России.

Россия - очень территориально-обширное государство, населенное различными народностями. Многонациональность дает возможность знакомства и проникновения в особенности разных культур. Это относится и к кулинарным изыскам разных этносов, проживающих в мире и согласии на одной территории.

В общей сложности на территории Российской федерации проживает 176 национальностей: русские, калмыки, буряты, чеченцы, дагестанцы, карелы и др. и каждая из них имеет свои кулинарные традиции. Все эти народы вносят свой вклад в общее дело – развитие и процветание России. Поэтому очень важно крепить дружбу и сотрудничество народов России.

Узнать кухню какого-либо народа – значит прикоснуться к многовековой культуре. На столе каждого народа – свое блюдо, которое готовили не одно поколение, рецепт которого передавался из рук в руки, менялся со временем, но главное, он полностью зависел от природных условий, в котором жила эта национальность. Необходимо знать и гордиться тем, что на нашей территории проживает многонациональный, дружный народ, который сохраняет свои традиции в приготовлении пищи.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы:

На современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей. Наше кулинарное объединение посещают дети разных национальностей русские и татары, белорусы и армяне, украинцы и др., чтобы расширить знания кружковцев о национальных традициях нашей страны, познакомить с традиционной русской кухней и

кухней других народов, воспитать толерантное отношение к людям разных национальностей, была составлена программа «Кухни народов России». Приобретенные навыки, помогут ребятам в повседневной жизни, а некоторым дадут ориентацию в выборе будущей профессии.

Содержание программы рассчитано на детей, прошедшим обучение по программам «Юный кулинар» и «Искусство кулинарии», т.е. имеющих знания и умения по кулинарии и желающих изучить особенности национальных кухонь народов мира. Кроме этого, данная программа направлена на самоопределение и профессиональную ориентацию.

Отличительная особенность:

Отличительной особенностью данной программы от уже существующих образовательных программ, является включение в неё раздела «Кухня Родного края», обучающие знакомятся с народными обычаями коренных северных народностей, проживающих на территории Кольского полуострова и с современной северной кухней в целом. Вся деятельность сопровождается полезными советами по свойствам продуктов, их особенностям и оформлению блюда. Программа определяет основные направления воспитания: доброжелательность, самостоятельность, гражданственность, коллективизм, ответственность. Позволяет готовить воспитанников к самостоятельной жизни и является прекрасным методом профилактики асоциального поведения.

Образовательная программа «Кухни народов России» – модифицированная. При разработке программы «Кухни народов мира» использован опыт работы педагогов дополнительного образования, работающих по данному направлению.

Знакомство с традициями, особенностями и обычаями многонациональных кухонь народов Росси, приобщение к народным истокам, помогает воспитывать у детей уважение к Родной стране и национальным традициям.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие формы обучения: беседы, практические занятия по приготовлению блюд, выполняемые самостоятельно практические работы по приготовлению и оформлению блюд, различные конкурсы.

Цель программы:

формирование и развитие способностей обучающихся в кулинарии при приготовлении национальных блюд.

Задачи программы:

Обучающие:

- Освоение способов и технологий приготовления блюд и кулинарных изделий;
- ознакомление с историей питания народа, его кухней, традициями, обрядами, обычаями;

Развивающие:

- развитие кругозора подростков, их интереса к познавательной деятельности;
- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья;

Воспитательные:

- пробуждение у детей интереса к народным традициям, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирования чувства уважения к культуре своего народа и традициям других народов;
- воспитание трудолюбия, культуры поведения и бесконфликтного общения;
- содействие профессиональной ориентации.

Возраст обучающихся:12 – 17 лет
Количество обучающихся в группе: 7-8 человек
Срокреализациипрограммы:1год
Объёмпрограммы:72 часа
Режимзанятий:72 ч. – 1раз в неделю по 2 учебных часа
Форма организации занятий: групповая, очная форма обучения
Условия набора в объединение:
Предпочтение при наборе в группу отдается учащимся, прошедшим обучение по программам «Юный кулинар» и «Искусство кулинарии». В группе могут обучаться дети с ОВЗ.

Для занятий в объединении обучающиеся или их родители (или их законные представители) предоставляют:

- заявление установленного образца;
- согласие на обработку персональных данных.

Ожидаемые результаты:

Предметные результаты:

К концу **обучения** по программе **«Кухня народов России»** обучающиеся должны

знать:

- санитарно-гигиенические требования и правила безопасности труда;
- традиционные для севера продукты, применение их при приготовлении блюд из трав, грибов, ягод;
- особенности приготовления блюд национальных кухонь;

уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования и правила безопасности труда;
- готовить основные блюда национальных кухонь;

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками На принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

-проявление ответственного отношение к обучению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;

- проявление самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- формирование уважительного отношения к народным традициям;
- формирование и развитие компетентности в области кулинарного искусства.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Условия реализации программы:

- Учебный кабинет (оборудован в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями к организации занятий с детьми по приготовлению пищи);
- аптечка;
- стол для первичной обработки продуктов;
- стол разделочный для формовки, приготовления продуктов;
- стол для готовой продукции;
- шкафы для хранения посуды и инвентаря;
- электрическая плита (2шт.);
- электровытяжка (2шт.);
- холодильник;
- микроволновая печь; тостер;
- эл. миксер;
- эл. мясорубка;
- кофемолка;
- весы;
- эл. чайник (вкол-ве2шт.);
- эл. нож,
- кухонный процессор
- доски разделочные для мяса, рыбы, овощей, теста; ножи кухонные, кастрюли, миски разных размеров, сковороды, сито, дуршлаг, терки, венчики для взбивания, шумовка, скалки, толкушка, формы для выпечки кексов, противни; формы для выемки печенья; кондитерский шприц для крема, нож консервный, приспособление для фигурной нарезки овощей, ложки, лопатки, половник, чайник заварочный, сахарница, столовая посуда, столовые приборы, скатерти.

Формы контроля:

В процессе обучения проводятся первоначальная диагностика, промежуточный и итоговый контроль.
На первом занятии проводится диагностика запросов и потребностей обучающихся, в конце учебного года проводится диагностика удовлетворения запросов и потребностей обучающихся с целью оценки эффективности образовательной программы (Приложение 1).
Также проводится анкетирование родителей в начале и в конце учебного года (Приложение 2).
Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего учебного года по темам программы.

Формы текущего контроля:
Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах:

- фронтальный опрос;
- практическая работа.

Промежуточный контроль по программе предназначен для оценки освоения слушателем тем программы и проводится в форме зачетов, наблюдения за выполнением работ по приготовлению изделий, экспертной оценки последовательности и правильности операций по организации рабочего места и приготовлению блюда.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе, осуществляется в форме игры **-** соревнования команд, включает обобщающие задания по пройденным темам и самостоятельное приготовление одного из национальных блюд, на выбор обучающегося.

Результаты итогового контроля знаний заносятся в протокол (приложение 5). Результатом работы по данной программе считается овладение обучающимися объёмом теоретических и практических знаний, умений и навыков в соответствии с содержанием программы.
Одним из основных параметров успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учащимся, сохранности контингента групп. Эти показатели вносятся в журнал учета работы педагога дополнительного образования, учитываются при составлении анализа работы педагога за полугодие и за весь учебный год, что позволяет корректировать свою работу.

Учебный план
по программе «Кухня народов России»

№	Раздел	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Введение в дополнительную общеобразовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика первоначальных знаний.	2	2		Собеседование
2.	**Русская национальная кухня - как часть народной культуры славянских народов**.	**4**	**1**	**3**	Наблюдение
	Белорусская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Украинская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
3.	**Кухня народов России. Северо-западного региона.**	**20**	**5.5**	**14.5**	Наблюдение Текущий контроль
	Традиционная кухня народов Кольского севера (саамов). История, традиции, популярные блюда.	14	4	10	Анализ работ. Обсуждение
	Традиционные блюда Карельской национальной кухни.	4	1	3	Анализ работ. Обсуждение
	Национальные блюда республики Коми	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
4.	**Кухня центральной части России** Русская региональная кухня.	**4**	0.5	3.5	Наблюдение Текущий контроль
5	**Кухня народов России Южного**	**8**	**2**	**6**	Наблюдение

	региона				
	Национальные блюда республики Калмыкии	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Национальные блюда республики Адыгеи	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Армянская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Азербайджанская кухня	2	0.5	1.5	Промежуточный контроль
6	**Кухня народов России Северо-Кавказского региона**	**10**	**3**	**7**	Наблюдение
	Национальная блюда Северной Осетии	2	1	1	Анализ работ. Обсуждение
	Дагестанская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Грузинская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Казахская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Узбекская кухня	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
7	**Кухня народов России Приволжского региона**	**10**	**2**	**8**	Наблюдение
	Национальные блюда республики Мордовия	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Национальные блюда республики Татарстан	4	0.5	3.5	Анализ работ. Обсуждение
	Национальные блюда республики Чувашия.	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Национальные блюда республики Башкортостан	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
8	**Кухня народов России Уральского региона**	**4**	**0.5**	**3.5**	Наблюдение
9	**Кухня народов России Сибирского региона**	**2**	**0.5**	**1.5**	Наблюдение
10	**Кухня народов России Дальневосточного региона**	**4**	**1**	**3**	Наблюдение Текущий контроль
	Традиционные блюда Бурятской национальной кухни. (Позы)	2	0.5	1.5	Анализ работ. Обсуждение
	Кухня Дальнего Востока	2	0.5	1.5	
11	Итоговый - конкурс «Кулинарный поединок» Выставка приготовленных блюд учащихся, дегустация, обсуждение итогов.	2	0.5	1.5	Итоговый контроль. Игра - соревнование.
12	Заключительное занятие.	2	1	1	Подведение итогов
	Всего:	**72**	19	**53**	

Содержание программы:

1. **Вводное занятие.**

Задачи программы. План работы на год. Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности. Диагностика знаний и умений. Введение в дополнительную общеобразовательную программу «Кухня народов России». Отличительные особенности кухни разных областей России.

2. **Русская национальная кухня - как часть народной культуры славянских народов.**

Общие черты сходства блюд славянских народов (русские, белорусы, украинцы).

Общие корни и история народов – славян являются причиной того, что их кухни очень похожи. И тем не менее каждая имеет свой собственный уникальный колорит.

Объединяет все три национальные кухни в первую очередь наличие первых блюд. Таких супов, которые готовят в России, Украине и Беларуси нигде больше не готовят. Густые, сытные наваристые супы и борщи - это фишка только славянских народов. Есть ещё одно общее блюдо у всех трёх народов - это каши. Гречневая, пшённая, перловая, гороховая с грибами, шкварками.

Практические занятия. Приготовление блюд славянской кухни. Приготовление борща с пампушками, драников.

3. **Кухня народов России. Северо-западного региона.**

История, традиции, популярные блюда нашего края и его коренного народа (саамов), способы приготовления, используемые ингредиенты, современная кухня.

Общие сведения о национальной Кухне коренных народов Карелии (карелов), Республики Коми (коми-зырян и коми-пермяков).Традиционные кушанья, продукты для их приготовления. Популярные блюда.

Ведущее место в пищевом рационе коми-зырян занимала выпечка. Хлебные изделия пекли из ржаной и ячменной муки. На праздники выпекали сочни, оладьи, шаньги, блины, разнообразные пироги. Начинкой для пирогов служило мясо, рыба, грибы, ягоды, овощи.

Практические занятия.

Приготовление северных салатов, традиционных открытых пирожков из ржаной муки – калиток, блюд из рыбы (карельский рыбный суп Калакейтто (Kalakeitto), заправленный молоком), шанег с картофелем, десерта с северными ягодами и др.

4. **Кухня Центральной части России.**

Знакомство с историей русской кухни, достопримечательностями, традициями. Особенности русской кухни. Роль овощей в русской кухне. Выпечка (блины, калачи, пряники).

Региональные особенности приготовления и подачи на стол блюд Центральной России: Владимирская, Ярославская, Ивановская, Тульская, и др. области;

Практические занятия.

Приготовление блюд с разных областей Центральной России. Региональные особенности приготовления и подачи на стол различных блюд.

5. **Кухня народов России Южного региона.**

Традиционная кухня народов России Южного региона. Знакомство с историей национальной кухни республики Калмыкии, республики Адыгеи, армянской,

азербайджанской кухни. Особенности национальных кухонь данных народов. Традиционный ассортимент блюд.

Практические занятия.

Приготовление калмыцких пельменей – «бёрики», адыгейских чебуреков с сыром «халюж», азейрбайджанского люля-кебаб с овощами, армянской фаршированной тыквы «хапама» с рисом с фруктами, сухофруктами или орехами.

6. Кухня народов России Северо-Кавказского региона.

Самобытная культура народов Кавказа. Особенности устройства очага и способов приготовления пищи. Традиционное кавказское гостеприимство. Травы и пряности в кавказской кухне. Традиционный ассортимент блюд осетинской, дагестанской, грузинской, казахской кухни.

Практические занятия.

Приготовление осетинских пирогов, дагестанских чуду—тонкие блины с разными начинками: с мясом, сыром, зеленью, творогом, тыквой, казахского лагмана с лапшей, мясом и овощами, хачапури — по грузински (лепешка с сыром).

7. Кухня народов России Приволжского региона.

Региональные особенности национальных кухонь республик: Мордовии, Татарстана, Чувашии, Башкортостана. Различия и схожесть кухонь.

Практические занятия.

Приготовление блюд татарской кухни: супа-лапши «токмач», пирожков «эчпочмак», мордовских блинов «пачат», башкирского блюда «бешбармак», чувашской ватрушки «пуремеч».

8. Кухня народов России Уральского региона.

Региональные особенности кухни Уральского региона. Народы: коми, тюрки, башкиры, марийцы.

Практические занятия.

Приготовление щей, пельменей по-уральски.

9. Кухня народов России Сибирского региона.

Региональные особенности кухни Сибирского региона. Народы: ханты, манси, ненцы.

Практические занятия.

Приготовление сибирского десерта с брусникой и кедровыми орехами.

10. Кухня народов России Дальневосточного региона.

Региональные особенности кухни Дальневосточного региона.

Народы: якуты, эвенки, буряты и др.

Традиционные блюда Бурятской национальной кухни. Ассортимент блюд. Особенности приготовления.

Дальний Восток – морской край, который славится всевозможными видами рыбы и икры, а также крабами, кальмарами и осьминогами.

Значительное влияние на кухню Приморья оказали соседние страны – Корея, Китай и Япония.

Практические занятия.

Приготовление бурятских «бууз» (мясо, завернутое в пресное тесто),

Кальмары, запечённые по - дальневосточному.

11. Итоговый конкурс-игра. «Кулинарный поединок».

Конкурс-игра -соревнования команд, включает обобщающие задания по пройденным темам и приготовление одного из национальных блюд, на выбор обучающегося.
Выставка приготовленных блюд учащихся, дегустация, обсуждение итогов.

Методическое оснащение программы.

Формы и методы организации учебной деятельности.

В педагогическом процессе используются следующие методы обучения:

- объяснительно-иллюстративные;
- репродуктивные;
- проблемного изложения;
- частично-поисковые;
- исследовательские.

Обучение проводится с использованием как традиционных форм (мини-лекции с элементами беседы), так и активных форм обучения (профориентационные игры, дискуссии, конкурсы команд, демонстрация основных практических приемов, метод проб и ошибок, самостоятельное выполнение практических и творческих заданий, игры, организация практической деятельности).

Теоретические сведения излагаются в форме лекций, бесед, инструктажа в сочетании с демонстрацией специальных приемов, действий, наглядных пособий и обеспечивают осознанное выполнение практических работ. Формирование специальных знаний, умений осуществляется совместно с воспитательной и профориентационной деятельностью.

Занятия могут проходить **в групповой форме** (учебные занятия, викторины, соревнования и т.д.) **и индивидуальной** (работа над творческими проектами, индивидуальная работа с источниками и литературой, подготовка к участию в конкурсах).

Для стимулирования у обучающихся мотивации к приобретению знаний, умений и навыков используются следующие приемы: поощрение, создание ситуации успеха, побуждение к поиску альтернативных решений, создание проблемной ситуации, выполнение творческих заданий.

При реализации программы, в течение учебного года, в учебно-тематическом плане возможны изменения.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы.

При реализации программы используются здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии, личностно-ориентированные технологии, технология проблемного обучения, интерактивные технологии.

Перечень дидактических и диагностических материалов:

- анкеты;
- тестовые задания;
- инструкционные карты;
- конспекты занятий, сценарии мероприятий;
- наглядный материал: картинки, иллюстрации, фотографии по темам;
- литература по кулинарии;
- журналы и специальные издания с рецептами и технологией приготовления

национальных блюд, кулинарных и кондитерских изделий;
- мультимедийные презентации по темам программы;
- видео - учебно-информационные материалы;
- книги, альбомы с работами, образцы видов резьбы по овощам и фруктам.

Формы демонстрации результатов.

Открытые учебные занятия в форме:
- традиционного занятия;
- творческого отчета.

Участие в:
- конкурсах:
- мастер-классах.

Литература

Литература для педагога:

1. Блюда русской кухни, которые легко приготовить / Оксана Путан. — М: ЭКСМО, 2018. – 120 с.
2. Кулинраное путешествие по 11 футбольным столицам России/Бухаров Игорь. — М.: ЭКСМО, 2018. – 128 с.
3. Кухня народов СССР/ В.М. Мельник. — М.: Тимпул, 2016. — 368 с.
4. Мировая кухня. Большая энциклопедия секретов и мастерства. — М.:Аркаим,2015. — 296с.
5. Пация Е.Я. — «Кольское застолье», Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральный исследовательский центр Кольский научный центр Российской академии наук, Центр гуманитарных проблем Баренц-региона. - Санкт-Петербург: Геликон Плюс, 2020. — 246 с.
6. Похлебкин В.В. Собрание избранных произведений. Национальные кухни наших народов. — М.: Центрполиграф, 2012. —304 с.
7. Плов, шурпа, лагман, шашлык и не только / Марат Абдуллаев. — Москва : Эксмо, 2015. — 192 с.
8. Рахманов Рашид — «Север греет. Коллекция рецептов Русского Севера от Карелии до Камчатки» — М.: ЭКСМО, 2018. — 128 с.
9. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий кухонь народов России для предприятий общественного питания / Под ред. проф. А.Т. Васюковой.— М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. — 212 с.
10. Самые вкусные блюда страны, которые я когда-либо пробовал/Олег Назаров. — М.: ООО «Издательский дом «Ресторанные ведомости», 2011.— 184 с.
11. Черёмухина Л.А. – «Северная кухня» — Архангельск: АВФ-книга: Лоция, 2013. —208 с.
12. Энциклопедия современной русской кухни/ Путан. О.В —Москва: Издательство «Эксмо», 2019. —336 с.

Литература для детей:

1. «Арктика — мой дом: Народы Севера Земли: Поляр. энцикл. Школьника»: [Для детей сред. и ст. шк. возраста / Науч. ред. - З. П. Соколова]. — М.: Север. просторы, 1999. — 261 с.
2. Кулинария. Энциклопедия с развивающими заданиями. — М.: Симбат, 2021. — 48.с.
3. Фадеева Н.И. Еда без вреда. Вкусные подсказки. Книга для сознательных детей. — М.: Альпина Паблишер, 2017.– 104 с.
4. Шалаева Г.П . Учимся готовить . — М. : Эксмо, 2007. — 32 с.

Интернет-ресурсы:

1. Вкуснейшие блюда из разных уголков России. Интернет-ресурс: fresher.ru
2. Детское и диетическое питание. Интернет-ресурс: http://www.det-diet.ru/
3. Забытые блюда русской кухни. Интернет-ресурс: https://s30556663155.mirtesen.ru/blog/
4. Кулинарная школа Оксаны Путан. Интернет-ресурс: https://ru-kitchen.ru
5. Кухня Русского Севера: Кольский полуостров и его специалитеты/ https://www.gastronom.ru/text/kuhnja-russkogo-severa-kolskij-poluostrov-1007540
6. Национальные кухни разных стран: европейские, восточные, американские. http://ecodiet.ru/recepty/kuhni_narodov_mira.html
7. Особенности национальной кухни коренных народов Севера/ https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2019/01/11/osobennosti-natsionalnoy-kuhni-korennyh-narodov-severa

8. Пища саамов | Карельская кухня. https://www.vottovaara.ru/pisha-saamov.html
9. Полезные национальные кухни. Популярные блюда самых здоровых стран мира. korrespondent.net
10. Русская Арктика. https://sevprostor.ru/poleznoe-interesnoe/arctic/
11. Саамы Кольского полуострова. https://www.saami.su/o-saami/materialnaya-kultura/traditsionnaya-pishcha.html
12. Тюркская кухня. Интернет-ресурс https://cookland.ru/cuisines/tyurkskaya- kuhnya/vtorye-blyuda-iz-myasa-porcionnymi-kuskami
13. Что едят в регионах России: 20 необычных рецептов. Интернет-ресурс: kp.ru›daily/

Календарный учебный график
по программе «Кухня народов России»

Количество учебных недель: 36
Срок реализации программы: 1 учебный год (1 сентября 2022 г. – 31 мая 2023 г.);
Режим проведения занятий: 1 раз в неделю по 2 часа (1 час – 45 минут, перерыв между занятиями – 10 минут)
Праздничные и выходные дни: согласно государственному календарю.
Во время каникул занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	**сентябрь**	Комбинированное (лекция, просмотр презентаций)	**2**	**Вводное занятие** Задачи программы. План работы на год. Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности. Анкетирование и начальная диагностика. Просмотр презентации «Правила техники безопасности»	Контроль знаний и умений на начало учебного года (устный опрос)
2		Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	**Кулинарными традициями славянских народов: русских, белорусов, украинцев.** Общие черты сходства и различия в приготовлении блюд. Традиционные белорусские блюда. Использование картофеля в белорусской кулинарии **Практическая работа.** Приготовление картофельных драников.	Наблюдение
3		Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Особенности украинской кулинарии. Место свеклы в блюдах украинской кухни. **Практическая работа.** Приготовление борща с пампушками.	Анализ работ. Обсуждение
2		Комбинированное	**2**	**Кухня народов России. Северо-западного региона.**	Анализ работ. Обсуждение

		(лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)		**Кухня Кольского полуострова.** Полезные и целебные свойства блюд коренных народов Родного края – саамов. Приготовления блюд из ягод. Ягодные кисели, соусы **Практическая работа:** Приготовление горячего ягодного киселя «кёж»	
3	**октябрь**	Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Северные ресурсы, используемые при приготовлении кулинарных блюд. Особенности приготовления северных салатов. **Практическая работа:** приготовление салата картофельного с грибами и брусникой.	Наблюдение
4		Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Блюда из рыбы «Трещочки не поешь – не поработаешь». **Практическая работа:** Приготовление рыбы запечённой с брусникой.	Анализ работ. Обсуждение
5		Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	«Не красна изба углами, красна пирогами» Технология приготовления северных калиток - пирожков из ржаного пресного теста с различными начинками. **Практическая работа:** приготовление калиток с картофелем и северными ягодами.	Анализ работ. Обсуждение
6		Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Технология приготовления песочного теста. **Практическая работа:** приготовление песочного пирога с северными ягодами.	Наблюдение
7	**ноябрь**	Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические	**2**	Технологии приготовления дрожжевого теста и рыбных пирогов на основе данного вида теста. **Практическая работа:** приготовление закрытого	Наблюдение

		занятия)		пирога на дрожжевом тесте – кулебяки рыбной.	
8		Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Кухня родного края, вчера, сегодня, завтра. Особенности современной региональной кухни. Самостоятельная разработка салатов на основе наших северных продуктов. **Практическая работа:** Приготовление, оформление, презентация авторских салатов.	Анализ работ. Обсуждение
11		Комбинированное (инструктаж, лекция, практические занятия)	**2**	Традиционные блюда **Карельской национальной** кухни. **Практическая работа:** Приготовление карельского рыбного супа Калакейтто (Kalakeitto), заправленный молоком.	Анализ работ. Обсуждение
12		Комбинированное (инструктаж, лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Традиционные блюда Карельской национальной кухни. **Практическая работа:** Приготовление старокарельского блюда овсяно-ягодного десерта с йогуртом.	Анализ работ. Обсуждение
13	**Декабрь**	Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Особенности национальных блюд республики Коми. **Практическая работа:** Приготовление шанег с картофелем из сдобного бездрожжевого теста.	Наблюдение
14		Комбинированное (инструктаж, лекция, практические занятия)	**2**	**Кухня центральной части Росси.** Особенности русской кухни. Региональные особенности приготовления и подачи на стол блюд Центральной России: Владимирская, Ярославская, Ивановская, Тульская, и др. области) **Практическая работа:** Приготовление печатных пряников с фруктовой	Наблюдение

				начинкой (Тула)	
15		Комбинированное (Лекци, практические занятия)	**2**	Блюда Центральной России. **Практическая работа:** Приготовление чиненых калачей (Москва)	Анализ работ. Обсуждение
16		Комбинированное	**2**	**Кухня народов России Южного региона** Знакомство с историей национальной кухни республики Калмыкии, **Практическая работа:** Приготовление калмыцких пельменей — (бёрики)	Наблюдение
17		Комбинированное (инструктаж, практические занятия)	**2**	Знакомство с историей национальной кухни республики Адыгеи. **Практическая работа:** Приготовление адыгейских чебуреков с сыром (халюж)	Наблюдение
18	**Январь**	Комбинированное (лекция, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Знакомство с национальной армянской кухней **Практическая работа:** Приготовление фаршированной тыква (хапама) с рисом с фруктами, сухофруктами или орехами.	Наблюдение
19		Комбинированное	**2**	Знакомство с национальной азербайджанской кухней **Практическая работа:** Приготовление люля-кебаба с овощами	Промежуточный контроль
20		Комбинированное (инструктаж, лекция, практические занятия)	**2**	Кухня народов России Северо-Кавказского региона Самобытная культура народов Кавказа. Национальные блюда Северной Осетии. **Практические занятия.** Приготовление осетинских пирогов с сыром, зеленью, творогом, тыквой.	Анализ работ. Обсуждение
21	**Февраль**	Комбинированное (лекция, практические	**2**	Традиционные блюда кухни Дагестана **Практические занятия.** Приготовление дагестанских	Наблюдение

		занятия)		чуду — тонкие пироги из пресного теста с разными начинками.	
22		Комбинированное (лекция, просмотр слайдов, практические занятия)	**2**	Традиционные блюда кухни Грузии. **Практические занятия.** Приготовление хачапури-по грузинский — пироги с несколькими видов сыра.	Наблюдение
23		Комбинированное (лекция, практические занятия)	**2**	Традиционные блюда кухни Казахстана. **Практические занятия.** Приготовление лагмана с лапшей, мясом и овощами.	Наблюдение
24		Комбинированное (лекция, практические занятия)	**2**	Традиционные блюда кухни Узбекистана **Практические занятия.** Приготовление национально узбекской сладости — орехово-медовой пахлавы.	Наблюдение
25	**Март**	Комбинированное (лекция, практические занятия)	**2**	**Кухня народов России Приволжского региона** Региональные особенности национальных кухонь республик: Мордовии, Татарстана, Чувашии, Башкортостана. Различия и схожесть кухонь. **Практические занятия.** Приготовление мордовских блинов «пачат».	Анализ работ. Обсуждение
26		Комбинированное (лекция, практические занятия)	**2**	Национальные блюда республики Татарстан. **Практические занятия.** Приготовление блюд татарской кухни: супа-лапши «токмач».	Анализ работ. Обсуждение
27		Комбинированное (беседа, просмотр иллюстраций, практические занятия)	**2**	Особенности приготовления национальных блюд республики Татарстан **Практические занятия.** Приготовление пирожков по-татарски — «эчпочмак».	Анализ работ. Обсуждение
28		Комбинированное (лекция, практические занятия)	**2**	Особенности приготовления национальной выпечки республики Чувашия **Практические занятия.**	Анализ работ. Обсуждение

				Приготовление ватрушки — «пуремеч».	
29	**Апрель**	Комбинированное (инструктаж, лекция, показ слайдов, практические занятия)	**2**	Национальные блюда республики Башкортостан. **Практические занятия.** Приготовление башкирского блюда «бешбармак» с домашней лапшой	Анализ работ. Обсуждение
30		Комбинированное (лекция, показ слайдов, практические занятия)	**2**	**Кухня народов России Уральского региона** Региональные особенности кухни Уральского региона. Народы: коми, тюрки, башкиры, марийцы. **Практические занятия.** Приготовление щей по-уральски.	Наблюдение
31		Комбинированное(инструктаж, лекция, видеоролик,практические занятия)	**2**	Региональные особенности кухни Уральского региона **Практические занятия.** Приготовление пельменей по-уральски.	Наблюдение
32		Комбинированное	**2**	**Кухня народов России Сибирского региона** Региональные особенности кухни Сибирского региона. Народы : ханты, манси, ненцы. **Практические занятия.** Приготовление сибирского десерта с брусникой и кедровыми орехами.	Наблюдение Анализ работ. Обсуждение
33	**Май**	Комбинированное	**2**	**Кухня народов России Дальневосточного региона** Народы: якуты, эвенки, буряты и др. Традиционные блюда Бурятской национальной кухни. Особенности приготовления. **Практические занятия.** Приготовление бурятских «бууз» (мясо, завернутое в пресное тесто).	Наблюдение
34		Комбинированное		Региональные особенности кухни Дальневосточного региона.	Наблюдение Анализ работ. Обсуждение

				Дальний Восток – это край морского изобилия. **Практические занятия.** Приготовление кальмар фаршированных по - дальневосточному.	
35		Комбинированное (инструктаж, лекция, практические занятия)	**2**	Итоговый конкурс-игра. «Кулинарный поединок». Выставка приготовленных блюд учащихся, дегустация, обсуждение итогов.	Итоговый контроль.
36		Комбинированное	**2**	Итоговая занятие.	Подведение итогов.
Итого 72 часа					

Приложение1

Диагностика
запросов и потребностей обучающихся

Вопросы для собеседования:

- С какой целью ты решил(а) изучать данный курс?
- Занимаешься ли ты приготовлением пищи дома?
- Какие блюда ты обычного готовишь дома?
- Технологию приготовления каких блюд ты хотел бы изучить?

Диагностика
удовлетворения запросов и потребностей обучающихся

Вопросы для собеседования:

1. Оправдались ли твои ожидания?
2. Чему ты научился за весь период обучения?
3. Где ты смог применить полученные знания?
4. Хотел бы ты продолжить обучение?

Приложение2

Диагностика
удовлетворения запросов и потребностей родителей обучающихся
по программе «Кухня народов России»

Уважаемые родители!
С целью эффективной организации образовательного процесса в объединении «Кухня народов России»
Просим Вас ответить на вопросы анкеты

1. Довольны ли Вы тем, что Ваш ребенок посещает объединение?
2. Как Вы узнаете о результатах работы ребенка?
   - из беседы с ребенком;
   - из беседы с Педагогом;
   - на творческих встречах с родителями;
   - на мероприятиях, проводимых в Центре;
   - другое.
3. Довольны ли Вы тем объемом знаний и умений, которые ребенок получил в объединении?
4. Повлияли ли на Вашего ребенка положительным образом занятия в объединении, если да, то каким образом?
5. Используете ли Вы, как наказание, запрет на посещение занятий в Центре?
6. Ваши пожелания.

Благодарим за сотрудничество!

Приложение3

Мониторинг
результатов обучения по дополнительной образовательной программе
«Кухня народов России»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Формы контроля
1. Теоретическая подготовка	Соответствие теоретических знаний обучающихся программным требованиям; осмысленность иправильность использования специальной терминологии	Низкий уровень–обучающийся овладел менее чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой; обучающийся избегает употреблять специальные термины	1	Тестирование
		средний уровень –объём усвоенных знаний составляет более ½; обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой	3	
		высокий уровень–обучающийся освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой законкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием	5	
2. Практическая подготовка	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям, креативность в выполнении практических заданий	Низкий уровень – обучающийся овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков; обучающийся в состоянии выполнить лишь некоторые простейшие практические задания	1	Наблюдение, зачетная работа
		средний уровень – объём усвоенных знаний и навыков составляет более ½; обучающийся выполняетв основном задания на основе образца	3	
		высокий уровень – обучающийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; выполняет практическиез адания с элементами творчества	5	

3.Общеучеб-ные умения и навыки	Понимание учебной задачи. Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям. Умение пользоваться технологически ми картами, памятками, литературой, ресурсами сети Интернет.	Низкий уровень –о бучающийся овладел менее чем ½ объёма навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1	Наблюдение
		средний уровень – объём усвоенных навыков составляет более ½, обучающийся работает с литературой с помощью педагога	3	
		высокий уровень–обучающийся освоил практически весь объём навыков, предусмотренных программой за конкретный период, не испытывает особых трудностей	5	

Уровневая оценка образовательного результата по всем параметрам:

12- 15 баллов – высокий уровень;
7-11 баллов –средний уровень;
6 баллов – низкий уровень.

Приложение4

Протокол
промежуточного контроля обучающихся
по программе «Кухня народов России»

_____ учебного года

Название объединения_____

Фамилия, имя, отчество педагога _____

№группы _____ Год обучения _____ Дата проведения _____

Форма проведения _____
_____

Содержание_____
_____

Члены аттестационной комиссии: _____
_____
_____

Результаты промежуточного контроля

№	Фамилия, имя обучающегося	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Общеучебные знания, умения	Итоговая оценка	Уровень освоения программы

Уровень освоения программы:
высокий – чел.
средний – чел.
Низкий - чел.

Педагог _____

Члены аттестационной комиссии _____
_____
_____

Приложение5

Протокол
итогового контроля обучающихся объединения
по программе «Кухня народов России»

_____ учебного года

Название объединения_____

Фамилия, имя, отчество педагога _____

№ группы _____ Год обучения _____ Дата проведения _____

Форма проведения _____
_____

Содержание_____
_____

Члены аттестационной комиссии: _____
_____
_____

Результаты итогового контроля

№	Фамилия, имя обучающегося	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Общеучебные знания, умения	Итоговая оценка	Уровень освоения программы

По результатам итогового контроля обучающихся закончили обучение по программе.
Уровень освоения программы:
высокий – чел. %
средний – чел %
низкий - чел. %

Педагог_____

Члены аттестационной комиссии _____
_____
_____

Приложение6

Практическое задание
для проведения итогового контроля:
разработка и приготовление блюд из имеющихся продуктов

Порядок выполнения:

Задание 1.
Оценить представленные продукты. Какое блюдо из данного набора можно приготовить.
Задание 2.
Составить технологию приготовления блюда.
Задание 3.
Подобрать необходимое оборудование, инвентарь для приготовления.
Задание 4.
Приготовить блюдо, соблюдая правила техники безопасности.

Уровневая оценка образовательного результата:

12- 15 баллов – высокий уровень;
7-11 баллов –средний уровень;
6 баллов – низкий уровень.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990624

Владелец Яковлева Татьяна Борисовна

Действителен С 31.03.2026 по 31.03.2027