



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11»  
356013, Ставропольский край, Новоалександровский район, х. Красночервонный,  
Ул. Краснопартизанская, 118  
Телефон/факс (8-86544) 5-55-96, e-mail: [11-1526@bk.ru](mailto:11-1526@bk.ru)

«РАССМОТРЕНО»  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол ШМС № 1  
От «29» августа 2024 года

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель  
центра образования  
«Точка роста»  
 А.В. Конобеева

«УТВЕРЖДЕНО»  
Директор МОУ СОШ № 11  
С.А. Головкова  
Приказ № 119  
От «30» августа 2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«**Промышленный дизайн**»  
*Направленность программы:*  
*технологическая*  
Уровень программы: стартовый уровень

**Возраст обучающихся-13-16 лет**

**Класс/ классы:7-8 класс.**

**Количество детей в группе:20**

**Срок реализации: 1 год.**

**Количество часов в год 102 часов**

**Составитель: Кашира А.А**  
**учитель технологии**

**х. Красночервонный, 2024-2025 уч.г**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....	3
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	6
1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	7
1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	14
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....	17
РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	17
2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	18
2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	18
2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ.....	19
2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	21
2.5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	22
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	22
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА.....	22
ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ.....	22
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ.....	23

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Обоснование необходимости ДООП в содержании дополнительного образования:**

Дизайн является одной из основных сфер творческой деятельности человека, направленной на проектирование материальной среды. В современном мире дизайн охватывает практически все сферы жизни. В связи с этим всё больше возрастает потребность в высококвалифицированных трудовых ресурсах в области промышленного (индустриального) дизайна.

Программа учебного курса «Промышленный дизайн» направлена на междисциплинарную проектно-художественную деятельность с интегрированием естественнонаучных, технических, гуманитарных знаний, а также на развитие инженерного и художественного мышления обучающегося.

Учебный курс «Промышленный дизайн» фокусируется на приобретении обучающимися практических навыков в области определения потребительской ниши товаров, прогнозирования запросов потребителей, создания инновационной продукции, проектирования технологичного изделия.

В программу учебного курса заложена работа над проектами, где обучающиеся смогут попробовать себя в роли концептуалиста, стилиста, конструктора, дизайн-менеджера. В процессе разработки проекта обучающиеся коллективно обсуждают идеи решения поставленной задачи, далее осуществляют концептуальную проработку, эскизирование, макетирование, трёхмерное моделирование, визуализацию, конструирование, прототипирование, испытание полученной модели, оценку работоспособности созданной модели. В процессе обучения производится акцент на составление технических текстов, а также на навыки устной и письменной коммуникации и командной работы.

Количество часов, выделенных в школе курсе на творческие проекты, недостаточно для полного усвоения предмета. С помощью программы «Промышленный дизайн» школьник приобретет и закрепит экспериментальные навыки в работе, выполняя задания разного уровня.

**Направленность программы:** естественно-научная. Предназначена для дополнительного изучения технологии, как на базовом, так и на профильном уровне.

**Уровень программы:** базовый

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28.
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2.
- Постановление Правительства «Об осуществлении мониторинга системы образования» РФ от 5 августа 2013 г. N 662.
- Методические рекомендации по созданию и функционированию в общеобразовательных организациях, расположенных в сельской местности и малых городах, центров образования естественно-научной и технологической направленностей («Точка роста») (утверждены распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12 января 2021 года № Р-6)

**Актуальность** данной программы заключается в ее развивающей функции. Занятия способствуют формированию опыта творческой деятельности, развивают интересующего к эксперименту, научному поиску, ознакомлению профессиями кулинара, маникюра, швеи.

**Знания по программе «Промышленный дизайн»** опираясь в своей работе на знания и навыки по приготовлению пищи, полученные учащимися на уроках технологии, должны расширить и углубить эти знания и навыки, способствовать профориентации школьников.

Актуальность программы по направлениям маникюрного дела заключается в приобретении обучающимися базовых навыков. Программа направлена на освоение современных технологий в уходе и декорировании ногтей, а также на возможность профессионального самоопределения и самореализации подростков. Ведущим коррекционным принципом, объединяющим и организующим все разделы программы по данному учебному занятию, является развитие мелкой и крупной моторики, а так же, основных мыслительных операций: развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие, умение работать по инструкциям, алгоритму; планировать деятельность.

Занятия по программе «Промышленный дизайн» максимально активизируют познавательную, творческую и практическую деятельность обучающихся, при активном использовании различных средств и методических приемов (проблемные вопросы, творческие задания, демонстрационный эксперимент, ТСО и так далее).

**Отличительной особенностью программы.** В программе значительное место отведено практическим работам, что позволяет развивать у обучающихся мотивации к выбору профессии и социализации в обществе. Характерными особенностями программы «Проектный дизайн» являются: формирование у

обучающихся готовности к саморазвитию и непрерывному образованию, формирование широкого познавательного интереса и осуществление своеобразных профессиональных проб в разнообразных видах деятельности. Программа охватывает контингент обучающихся, интересующихся технологией, целенаправленно готовящих себя к выбору профессии и ориентирующихся на практическое применение технологии в смежных областях знаний и деятельности человека.

**Новизна программы** заключается в том, что она позволяет осуществлять поиск информации в индивидуальных информационных архивах обучающегося, информационной среде образовательного учреждения, федеральных хранилищах информационных образовательных ресурсов, использовать средства информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных, познавательных и творческих задач;

– Новизна разработки объясняется ее актуальностью в свете требований ФГОС основного общего образования, отсутствием наличия широкого спектра научно-методических рекомендаций для обучения учащихся кулинарии, маникюру, швейному делу в урочной и внеурочной деятельности. Осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков, проводить сравнение, классификацию по заданным критериям, строить логические рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, устанавливать аналогии, причинно-следственные связи;

Принцип деятельностного подхода в обучении, способствует более глубокому изучению курса и позволяет обучающимся овладеть умениями: формулировать гипотезы, конструировать и моделировать, сопоставить экспериментальные и теоретические знания с объективными реалиями жизни; оценивать полученные результаты, понимая постоянный процесс эволюции научного знания, что в конечном итоге способствует самообразованию и саморазвитию обучающихся.

**Педагогическая целесообразность** заключена в формировании научных представлений о технологии, ее использовании в повседневной жизни; развитии профессиональных склонностей к предмету. Учебный курс решает **следующие задачи:**

– формирование у обучающихся элементарные знания основ швейного дела; маникюра, кулинарии и уметь применять их в учебной и общественно-полезной деятельности;

– формирование набора предметных умений, необходимых для изучения смежных дисциплин, дальнейшего обучения, применения в практической деятельности и в будущей профессии;

– использование процесса обучения для повышения общего развития учащихся и коррекции недостатков их познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы и личностных качеств с учетом психофизических особенностей и потенциальных возможностей каждого ученика.

– воспитание ответственного отношения к труду и результатам труда, формирование культуры труда.

Курс включает теоретические и практические занятия.

Программа значительно усиливает воспитательный потенциал основного образования, создает условия для использования личностно-деятельностных технологий на занятиях и одновременно способствует повышению познавательных,

общеобразовательных возможностей занятий по интересам

**Практическая значимость** заключена в основной идее программы – вооружить обучающихся основами технологических знаний, необходимых для повседневной жизни, заложить фундамент для дальнейшего совершенствования технологических знаний как в школе, так и в других учебных заведениях, а также правильно сориентировать поведение обучающихся в окружающей среде.

**Адресат программы:** Программа ориентирована на возраст обучающихся 14-16 лет. Для обучения принимаются все желающие, что дает возможность заниматься с разнообразными категориями детей: одаренными, детьми из групп социального риска, детьми из семей с низким социально-экономическим статусом, а также дети с ОВЗ. При разработке данной программы учитывались возрастные психологические особенности детей данного возраста, психофизические особенности развития и образовательные потребности детей с ОВЗ.

**Срок освоения:** программа составлена на один год обучения

**Объем программы:** 108 академических часа

**Режим занятий:**

Продолжительность одного академического часа - 45 мин. Перерыв между учебными занятиями – 15 минут. Общее количество часов в неделю – 3 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 часа. Занятия проводятся с постоянной сменой деятельности.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая, индивидуально-групповая.

**Формы обучения и виды занятий:** лекции, игра, экскурсия, дискуссия, самостоятельная работа, практикум, участие в конкурсах, научно-практических конференциях и олимпиадах.

**Формы обучения:** очная, очно-заочная, дистанционная.

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы**-освоение обучающимися спектра Hard- и Санную програму моно отнести к интегрированному виду, т.к она объединяет в одно целое области основного и дополнительного образования.

содействовать получению знаний и опыта в конкретных жизненных ситуациях, а также формирование необходимых знаний, умений и навыков по приготовлению вкусной и здоровой пищи, развитие у обучающихся общетрудовых и специальных умений, необходимых для поиска и использования технологической информации, проектирования и создания продуктов труда, ведения домашнего хозяйства, самостоятельного и осознанного определения своих жизненных и профессиональных планов, познавательных интересов, технического мышления, пространственного воображения, интеллектуальных, творческих, коммуникативных и организаторских способностей; воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, целеустремленности, предприимчивости, ответственности за результаты своей деятельности, уважительного отношения к людям различных профессий и результатам их труда.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- объяснить базовые понятия сферы промышленного дизайна, ключевые особенности методов дизайн-проектирования, дизайн-аналитики, генерации идей;
- сформировать базовые навыки ручного макетирования и прототипирования, в программах трёхмерного моделирования, создания презентаций, дизайн-скетчинга;

1. способствовать развитию коммуникативных навыков и навыков общения в группе;
2. привить культурно-гигиенические навыки;
3. способствовать привитию навыков рационального питания;
4. сформировать позитивную установку на семейную жизнь;
5. обучить навыкам организации своего быта и питания;
6. формирование и развитие творческих способностей учащихся;
7. приобщать к национальным и семейным традициям, эстетики вкуса ;
8. способствовать профессиональному самоопределению через формирование основных знаний, умений и навыков;
9. воспитывать самостоятельность, трудолюбие и аккуратность.

*Воспитательные:*

1. создание педагогических ситуаций успешности для повышения собственной самооценки и статуса учащихся в глазах сверстников, педагогов и родителей;
2. формирование познавательных способностей в соответствии с логикой развития технической науки; содействие в профориентации школьников.
3. воспитывать аккуратность и дисциплинированность при выполнении работы, трудолюбие, уважение к труду, чувство патриотизма, гражданственности, гордости за отечественные достижения в промышленном дизайне;
4. способствовать формированию положительной мотивации к трудовой деятельности, опыта совместного и индивидуального творчества при выполнении командных заданий;
5. формировать чувство коллективизма и взаимопомощи;

*Развивающие:*

- 1) формировать 4К-компетенции (критическое мышление, креативное мышление, коммуникация, кооперация);
- 2) способствовать расширению словарного запаса, развитию памяти, внимания, технического мышления, изобретательности, формированию интереса к знаниям, умения практического применения полученных знаний;
- 3) сформировать умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, выступать публично с докладами, презентациями. – основных мыслительных операций (сравнения, обобщения, ориентации в пространстве, последовательности действий) ; наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического мышления; зрительного восприятия и узнавания; моторики пальцев;
  - пространственных представлений и ориентации;
  - речи и обогащение словаря;
  - коррекцию нарушений эмоционально-волевой и личностной сферы;
  - коррекцию индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках.Основной формой организации образовательного процесса по учебному предмету является урок, который строится на принципах коррекционно-развивающего обучения детей с интеллектуальными нарушениями. При этом широко используются нетрадиционные формы проведения урока: урок-диалог, урок-практикум и др.  
развивать у школьника умение выделять главное, существенное в изученном материале, сравнивать, обобщать изученные факты, логически излагать свои мысли; развивать самостоятельность, умение преодолевать трудности в учении;

развивать эмоции учащихся, создавая эмоциональные ситуации удивления, занимательности, парадоксальности;

развивать практические умения учащихся при выполнении практических экспериментальных задач.

Перечисленные задачи охватывают широкий круг проблем воспитания и дополнительного образования школьника, решение и реализация которых необходимы для достижения поставленной цели.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММ

#### 1.4. Учебно-тематическое планирование

№ п / п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Все го	Теор ия	Практи ка	
1	Кейс «Объект из будущего»	7			Презентация результатов
2	Традиционная русская кухня	25			результатов
3	Русская православная кухня	8			
4	Маникюр	9			
5	Покрытие ногтей гель-лаком	4			
6	Наращивание ногтей	3			
7	Роспись ногтей	4			
8	Апликация	6			
9	Техника переплетения лаков	3			
10	Френч дизайн	4			Презентация результатов
11	Современное моделирование и конструирование	24			
12	Кейс «Как это устроено?»	11			
	Всего часов	108			

## Содержание программы

### 1. Кейс «Объект из будущего»

Знакомство с методикой генерирования идей с помощью карты ассоциаций. Применение методики на практике. Генерирование оригинальной идеи проекта.

- 1.1 Формирование команд. Построение карты ассоциаций на основе социального и технологического прогнозов будущего. Формирование идей на базе многоуровневых ассоциаций. Проверка идей с помощью сценариев развития и «линз» (экономической, технологической, социально-политической и экологической). Презентация идеи продукта группой.
- 1.2 Изучение основ скетчинга: инструментарий, постановка руки, понятие перспективы, построение простых геометрических тел. Фиксация идеи проекта в технике скетчинга. Презентация идеи продукта группой.
- 1.3 Создание макета из бумаги, картона и ненужных предметов. Упаковка объекта, имитация готового к продаже товара. Презентация проектов по группам.
- 1.4 Изучение основ скетчинга: понятие света и тени; техника передачи объёма. Создание подробного эскиза проектной разработки в технике скетчинга.

### 2. Вводное занятие 2 часа

1 Знакомство с планом работы кружка на год. ТБ при работе в кабинете обслуживающего труда. Правила пользования нагревательными приборами. Правила пользования режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами.

2 Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда: фартук, косынка, сменная обувь. Гигиена приготовления пищи. Содержание в чистоте кухонного инвентаря и посуды. Организационные вопросы: график дежурств.

### II. Традиционная русская кухня 25 часов

#### 2. Вводное занятие 2 часа

#### 2.8 История русской кухни

Истоки русской кухни теряются в глубине веков. Не самый благоприятный для ведения сельского хозяйства климат и бедные почвы все же в награду за тяжелый труд одаривали земледельцев злаками, овощами и фруктами, а бескрайние пастбища позволяли держать домашний скот, обеспечивая его достаточным количеством корма даже длинными, холодными зимами. Густые леса, чистые реки давали богатую добычу: ягоды и грибы, дичь и рыбу. Правда, многие русские продукты и блюда совсем или частично сейчас забыты, зато немало число иноземных стали родными и близкими. Процесс этот шел исподволь, иногда под давлением властей, а также моды на европейскую кухню. Сначала новым трендам следовали высшие слои населения, а потом они доходили и до рядовых граждан державы. Возродить первозданную русскую кухню сегодня сложно, так как она основана на специфическом методе приготовления блюд – в русской печи. Продукты в печи томились, парились, пеклись много часов, что было очень удобно для хозяек, уходивших по делам в поле или в хлев. Правда, обычную духовку тоже можно превратить в аналог печи, обложив ее сверху и снизу печными кирпичами. Но много ли желающих это сделать?

Русская национальная кухня необыкновенно самобытна и интересна. Её историю невозможно отделить от истории нашей Родины. На протяжении своего многовекового существования она

впитала и творчески переработала кулинарные традиции многих поколений и народов: от татар до французов. На формирование национальной кухни влияло всё: климат, образ жизни населения, политика, религия. Как ни странно это звучит, но даже войны, которые вела Россия, изменяли её кулинарные традиции – русские воины привозили из походов новые рецепты блюд, которые пришлись им по вкусу. Пройдя тысячелетний путь развития, русская кухня пережила несколько основных исторических периодов, каждый из которых по-своему обогатил её. Принято различать шесть этапов в развитии русской кухни: древнерусская кухня ( IX-XVI вв.); кухня Московского государства (VII в.); кухня Петровской и Екатерининской эпохи (XVIII в.); Петербургская кухня (кон. XVIII в. – 60-е гг. XIX в.); общерусская национальная кухня ( 60 гг. XIX- нач. XX вв.); современная русская кухня (с 1917 г. по настоящее время).

### **3.9 Из чего состоит наша пища?**

Наша пища состоит из жиров, белков, углеводов, витаминов и минеральных солей.

#### *Белки*

Белки - это «строительный материал» для образования и обновления всех тканей организма, а также для роста и развития.

Белки бывают животного происхождения (их основные источники - мясо, рыба, молочные продукты, яичный белок) и растительного происхождения (основные источники - фасоль, горох, грибы, крупы, соя, хлеб) .

#### *Углеводы*

Углеводы - это источник энергии для нашего организма, как бензин для автомобиля. Они делятся на:

а) Неусвояемые углеводы (клетчатка, растительные волокна) . Клетчатка содержится в овощах, зелени, фруктах и ягодах, а также в крупах и изделиях из муки грубого помола. Она не усваивается организмом, но создает чувство сытости, наполняя желудок.

б) Усвояемые углеводы. Их, в свою очередь, две группы:

Быстроусвояемые, или простые, углеводы - обычный сахар (сахароза) , фруктовый сахар (фруктоза) , молочный сахар (лактоза) , виноградный сахар (глюкоза) , солодовый сахар (мальтоза) . Основные источники - сахар, мед, кондитерские изделия, варенье, соки, сладкие напитки, фрукты и ягоды (правда, содержащаяся в них клетчатка препятствует быстрому всасыванию), жидкие молочные продукты, пиво (солодовый сахар) .

Медленноусвояемые, или сложные, углеводы - крахмал. Он содержится во всех продуктах, которые получают из злаков (мука, хлеб, макаронные изделия, крупы, кукуруза) , и в картофеле.

#### *Жиры*

Жиры выполняют в организме много разных функций. Самое главное - то, что одна из разновидностей жира (триглицериды) служит формой запасания энергии.

Если же триглицеридов накапливается слишком много, развивается лишний вес и ожирение.

Животные жиры содержатся в сливочном и топленом масле, сале, жирном мясе, птице и рыбе, колбасе, субпродуктах, молочных продуктах.

Жиры растительного происхождения содержатся во всех растительных маслах, оливках, орехах, семечках.

#### *Вода, витамины и минеральные соли*

Они тоже содержатся в продуктах питания и необходимы для правильной работы всего организма.

### **2.10 История этикета. Значение этикета в жизни человека.**

Само понятие "этикет" настолько давнее, что очень трудно найти и установить время его появления. Но, если верить историческим фактам, слово "этикет" впервые появилось в обиходе при дворе Людовика XIV - того самого, которому легенда приписывает изречение: "Государство - это я".

На королевских приемах гостям вручали карточки (этикетки) с правилами поведения, и от названия карточки пошло слово "этикет".

Древнейшим сведениям об этикете насчитывается примерно пять тысяч лет.

Жизнерадостные греки, превозносившие любовь к Родине, готовность отдать жизнь за нее,

поклонялись разуму, силе и красоте. Сдержанность в будни, раскрепощенность в праздники и ярость в бою - наиболее ценимые формы поведения грека.

Древний Рим, хотя и принял греческую культуру за основу, в силу своих общественно-социальных условий был вопиюще дисгармоничен в потребностях, нравственных и эстетических нормах. Естественно, что это находило отражение и в этикете: невоздержанность в поведении, проявление чувств, стремление покорить роскошью в нарядах и празднествах.

В эпоху средневековья особенно выделяется пышный и каноничный этикет Византии, впитавший в себя культуру Запада и Востока.

Еще не зная слова "этикет", придворный церемониал создали на Востоке. Европейцы же до сих пор с трудом постигают японский кодекс учтивости. Японский этикет обусловлен многовековыми традициями, сложнейшей иерархией сословных расслоений. Японский этикет обязывает к крайней деликатности и основан на заботе о том, чтобы не поставить собеседника в неловкое положение.

Но ведь Восток - это не только Япония. О том, как себя вести в обществе, знали и жители Древнего Китая. Древнекитайский этикет насчитывает более тридцати тысяч церемоний.

### **2.11 Овощи. Значение овощей в питании человека.**

Овощной русский стол был щедр и разнообразен. На грядках и в полях выращивали редьку, огурцы, брюкву, капусту, свеклу, позднее к ним прибавились баклажаны, кабачки, тыква и помидоры. Овощных салатов на Руси не делали, измельчение продуктов не приветствовалось, овощи употреблялись в свежем, вареном, печеном, пареном, маринованном и квашеном виде. Из овощей наши предки делали и забытые сегодня сладости. Морковь и даже огурцы варили в меду на водяной бане, получая прозрачные своеобразные цукаты.

Долгое время главным овощем Руси была репа, ежедневно присутствовавшая на столе – отдельно и в начинках для пирогов, и в фаршированном виде. Корнеплод этого растения не только утолял голод, но и лечил от многих болезней, обладая противовоспалительным, обезболивающим и мочегонным свойствами.

Потребовалось немало времени, чтобы национальная любимица потеряла свое главенствующее положение, отдав его картофелю. Благодаря суровому модернизатору Петру I это пасленовое появилось в России в конце XVII века, но даже абсолютная власть не помогла ему добиться широкого распространения картофеля на просторах империи. Не удалось это и просвещенной Екатерине II в веке XVIII. Усиливающееся давление правителей привело к вспышке в 40-х годах XIX «картофельных бунтов» среди населения нескольких губерний страны, не желавших заменять любимую репу заморским пришельцем. И только к XX веку настырный клубень наконец-то занял лидирующее положение на полях и огородах, получив статус «второго хлеба».

Овощи являются ценнейшим продуктом питания. Незаменимость овощей в питании определяется тем, что они являются основными поставщиками углеводов, витаминов, минеральных солей, фитонцидов, эфирных масел и пищевых волокон, необходимых для нормального функционирования организма.

Растительная пища — высокоэнергетический продукт. В процессе фотосинтеза растения накапливают солнечную энергию и, осуществляя ряд химических превращений, вырабатывают аденозинтрифосфорную кислоту (АТФ), которую используют для синтеза своих белков, углеводов, жиров, откладывая часть их в запас. В организме человека идет обратный процесс распада энергетических связей растительной пищи, благодаря которому образуются уже специфические для человека углеводы, белки, жиры.

Овощи являются не только незаменимыми продуктами питания, поддерживающими жизненные силы человека, но и действенным лечебным средством, признанным народной и научной медициной. Пищевая ценность и лечебные свойства овощей обусловлены наличием в них разнообразных по составу и строению химических веществ, обладающих широким фармакологическим спектром действия на организм и придающих блюдам оригинальный вкус и аромат.

Овощная пища имеет преимущественно щелочную реакцию, и ее присутствие в рационе устанавливает в организме человека оптимальный кислотно-щелочной баланс.

По данным Института питания АМН РФ суточная потребность человека в белке составляет 80-100 г, в углеводах — 400-500 г, в органических кислотах — 2-3 мг, в минеральных веществах — от 0,1 мг (йод) до 6000 мг (калий), в витаминах — от 0,2 мг (фолиевая кислота — витамин В<sub>9</sub>) до 100 мг (аскорбиновая кислота — витамин С).

### **Сколько человеку нужно съесть овощей?**

Ежедневно человеку нужно около 400 г овощей. Научно обоснованная годовая норма потребления овощей для человека, в зависимости от региона проживания, составляет от 126 до 164 кг, в том числе капусты разных видов — 35-55 кг, огурцов — 10-13 кг, томатов — 25-32 кг, лука — 7-10 кг, моркови — 6-10 кг, свеклы столовой — 5-10 кг, баклажанов — 2-5 кг, перца сладкого 3-6 кг, зеленого горошка и овощной фасоли — 3-8 кг, плодов бахчевых — 20-30 кг, прочих овощей — 3-7 кг.

Соотношение и состав овощей в суточном рационе населения зависят от климатических условий, места проживания, времени года, вида деятельности и возраста человека.

### **Что входит в состав овощей?**

Овощи, уступая по содержанию белков и жиров продуктам животного происхождения, являются основным поставщиком углеводов и минеральных солей. Овощи содержат биологически активные вещества, природные антиоксиданты, микроэлементы, витамины, пищевые волокна, ферменты, структурированную воду. Пищевые волокна являются хорошими сорбентами для выведения различных токсинов.

Овощи являются сочными продуктами. Свежие овощи отличаются высоким (65-96 %) содержанием воды и низким (4-35 %) — сухого вещества, большая часть которого растворима в воде.

### **Какова роль воды в растениях?**

Вода придает овощам свежесть, сочность, является растворителем многих органических веществ. Растворенные в ней питательные вещества (сахара, кислоты, азотистые, минеральные вещества) лучше усваиваются организмом человека. Высокое содержание воды в овощах обуславливает их низкую энергетическую ценность (калорийность).

Несмотря на большое содержание воды, овощи имеют огромное значение в рационе человека. Объясняется это тем, что в небольшом количестве сухих веществ присутствует много биологически важных соединений.

## **2.12 Квашение капусты**

На Руси квашеная капуста была основным продуктом питания в зимне-весенний период, именно квашеная капуста веками спасала миллионы жителей средней полосы России от цинги и авитаминоза. Несмотря на то, что квашеная капуста очень проста в приготовлении - её ели не только в крестьянских избушках, но и в княжеских палатах.

В России приготовление квашеной капусты на зиму традиционно шло поздней осенью, т.к. при первых морозах капустные вилки становятся тверже и слаще на вкус. Рубка капусты проводилась вручную, для рубки использовался специальный инвентарь - деревянное корыто и специальный нож-сечка. Корыто было деревянным, самыми лучшими считались липовые и дубовые корыта. После рубки капусту засаливали в бочках, которые потом хранились в погребах до следующего урожая.

Квашеная капуста – национальная русская закуска. Из нее также готовятся салаты, супы и вторые блюда. Квашеная капуста очень полезна для здоровья, нормализует микрофлору кишечника, в ней содержатся провитамин А, витамины С, В1, В2, В3, В6, аскорбиновая кислота и целый список минеральных веществ (кальций, магний, железо, фосфор, сера, фтор, йод, цинк и др). Содержащийся в капусте противоязвенный витамин U предупреждает появление язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

Существует несколько способов приготовления квашеной капусты: шинкованная, рубленая и цельнокочанная. Квасят капусту с морковью, яблоками, клюквой, свеклой, стручковым перцем и т.д. Для квашения капусты рекомендуется брать ее поздние сорта (например: Слава, Сабуровка, Московская поздняя и др.). Капуста должна быть здоровой и плотной. Не берите вялую и рыхлую капусту. Чтобы капуста получилась хрустящей, соль для квашения надо брать крупную.

Квашеная капуста - традиционная заготовка средней полосы России, и рецепт ее пережил не одну сотню лет. Конечно, со временем он видоизменялся - в основном, упрощая технологический процесс, - но основы остались прежними. Само по себе квашение - род брожения, сходный с тем процессом, что происходит с пивом при его приготовлении. Это не обычное маринование или соление, вкус у квашеной капусты совсем другой. Капусту квасят саму по себе и вместе с разными добавками - обычно это ягоды, такие, как клюква или брусника (главное, чтобы ягоды были кислыми). Заготавливают этот вид капусты и с яблоками любого сорта, а также с тыквой и даже со свеклой, но обычная и неременная спутница квашеной капусты - морковь, без которой не делают эту заготовку. Выбирать следует капусту поздних сортов - она плотнее и будет хрустеть.

Для ее приготовления нам понадобится:

капуста — 4-5 кг

морковь — 3 шт.

лавровый лист — 12 шт.

соль, сахар — по 3 столовых ложки

Капуста быстро квашеная

Если нужно быстро приготовить квашеную капусту - попробуйте рецепт грузинской кухни.

Капуста быстро квашеная будет готова через 24 часа. Итак, нужно взять:

1 кочан капусты (примерно 1,5 кг)

1 морковь

1 свеклу

1 головку чеснока

0,5 стакана сахара

0,5 стакана натурального уксуса (5%)

0,5 стакана растительного масла

2 ст. ложки соли

### **2.13 Приготовление салата «Витаминный». Дегустация. Оценка качества.**

Продукты ½ небольшого кочана капусты, 1 морковь, 1 свежий огурец, сок ½ лимона, 1 ч ложка сахарного песка, ½ ч ложки соли, растительное масло для заправки, зелень – по вкусу.

Способ приготовления: 1) Натереть морковь на терке. 2) Капусту тонко нашинковать, смешать с морковью, сложить в миску, сбрызнуть соком ½ лимона, добавить сахарный песок, слегка размять руками, чтобы она пустила сок. Дать смеси настояться. 3) Соломкой нарезать огурец. 4) Смешать огурец с капустой и заправить растительным маслом и зеленью.

Маленькая хитрость: чтобы овощи не темнели после того, как вы их очистили, опустите их в холодную воду с добавленным в неё небольшим количеством уксуса.

### **2.14 Значение грибов в питании и жизни человека**

Грибы в русской кухне занимают очень важное место. Для россиян это привычный и доступный продукт, ведь грибы в изобилии растут в наших лесах. Кто из нас летом не ходил на «грибную охоту»? Любители такой охоты получают удовольствие от процесса сбора грибов и от предвкушения того, какие разносолы они смогут из них приготовить. Сбор грибов – это активный, увлекательный, ни с чем не сравнимый вид отдыха русских людей.

Велико значение грибов в жизни человека. Известно более 100 видов съедобных грибов, но в пищу употребляют не более 40. В грибах содержится много питательных веществ. Некоторые

виды съедобных грибов, например, шампиньоны, вешенку, искусственно разводят в приспособленных для этого помещениях. Из таких плесневых грибов, как пенициллин, аспергилл, получают лекарственные препараты – антибиотики, которые уничтожают клетки некоторых болезнетворных бактерий, не влияя на клетки хозяина.

Многие несъедобные грибы вредят здоровью человека при случайном употреблении их в пищу. Наиболее опасны ядовитые шляпочные грибы – бледная поганка, мухомор, некоторые виды сыроежек, шампиньонов, которые могут вызвать смертельные отравления. Отравление человека также могут спровоцировать заплесневелые продукты питания, так как многие виды плесневых грибов содержат яды и вещества, которые вызывают образование злокачественных опухолей. При сборе грибов необходимо быть особенно осторожным, воздерживаться от сбора низких по качеству и неизвестных грибов, поскольку они могут вызвать смертельное отравление.

### **2.15 Каши. Значение каши в русской кухне и в рационе человека**

«Щи да каша – пища наша», кто не знает эту старинную русскую поговорку? Каши присутствовали на столах бедняков и царственных особ семь дней в неделю. Историки уверяют, что даже на обеде в честь коронации царя Николая II подавалась ячневая каша.

Для приготовления каш использовали ячмень, просо, пшеницу, гречиху, рожь, овес. Для разнообразия эти крупы использовали как цельные, так и прошедшие предварительную обработку, например, дробление, обкатку – из такой крупы получались рассыпчатые каши. Каши ели обычные и запеченные, то есть с различными наполнителями – яйцами, молоком, сметаной, творогом, луком и овощами. Для улучшения вкуса масло в них добавляли в процессе приготовления. Каши шли в качестве гарнира к похлебкам или мясу с птицей. Использовались они и как начинка для пирогов. Из каш готовили лепешки и ели их с похлебками или подавали к чаю.

Каша – несомненно, исконно русское блюдо. Более того, каша – это культовое блюдо. Согласно старорусским традициям, во время свадебного церемониала жених с невестой обязательно готовили кашу. Очевидно, от этой традиции и зародилась поговорка: «С ним (с ней) каши не сваришь». С кашей неразрывно связана вся история российского государства. Русская каша – самое важное блюдо национальной русской кухни.

Россия, так уж исторически сложилось, всегда была и, хочется верить, будет аграрной страной. Основным продуктом российского земледелия всегда были злаковые (и, в меньшей степени, бобовые) культуры. Организм русского человека, на протяжении многих веков (и даже тысячелетий), формировался и эволюционировал на основе структурного состава злаков. Человек и злаки, за время совместного существования, создали неразрывное сообщество. Только растениям дарована природой способность, аккумулировать в себе солнечный свет (энергию) и извлекать питательные вещества из земли. Только растения обладают способностью синтезировать и накапливать в себе необходимые человеку питательные и биологически активные вещества (витамины, минералы, аминокислоты и т.д.). Человеческий организм самостоятельно способен производить лишь мизерную долю веществ, жизненно необходимых ему для полноценного существования.

Именно поэтому, человек с незапамятных времен занимается выращиванием растений для пропитания. Самыми ценными и биологически важными из них являются злаки. Без них наше существование немыслимо. Злаки – это спрессованный свет Солнца. В них сосредоточено все то, что нужно нашему организму для полноценной жизнедеятельности.

Каша – это очень полезный, питательный, вкусный и, что немаловажно, недорогой продукт. К кашам на Руси всегда относились трепетно. Каша для русского человека всегда была не просто едой, а обрядовым блюдом. Без традиционной русской каши на столе не возможно было себе представить ни одно торжество или праздник. Причем к разным значимым событиям обязательно готовилась определенная обрядовая каша.

Кашу варили на свадьбу, при рождении ребенка, на крестины и именины, на поминки или

похороны. Без каши собственного оригинального приготовления нельзя было принять гостей. Причем каждая хозяйка имела свой собственный рецепт, который хранился в тайне. Готовилась каша обязательно перед большими сражениями, а уж на победных пирах без "победной" каши не обходилось. Каша служила символом перемирия: для заключения мира обязательно нужно было готовить "мирную" кашу.

В древних русских летописях сами застолья часто именовали "кашей": например на свадьбе Александра Македонского "кашу чинили" дважды - одну при венчании в Троице, другую во время всенародного гуляния в Новгороде. Кашу обязательно готовили по случаю начала большого дела. Отсюда пошло выражение "заварить кашу". Каша на Руси "определяла" даже отношения между людьми. О человеке ненадежном и не сговорчивом говорили: "с ним каши не сваришь".

#### **2.16. Дегустация. Приготовление Гурьевской каши – старинный рецепт**

Однажды графа Гурьева пригласил на обед к себе в имение отставной майор Оренбургского драгунского полка Юрисовский. На десерт была подана очень красиво оформленная и вкусная каша. Попробовав её, граф был настолько удивлен и растроган, что велел позвать крепостного повара в столовую и, когда тот явился, расцеловал его. Такой вкусной каши министр еще никогда не ел, хотя и слыл большим гурманом. Вскоре граф купил этого повара.

Постепенно такую кашу научились готовить во многих домах московской знати. Поваренные книги сделали её известной далеко за пределами России, и везде она называется «кашей гурьевской». Имя же автора, повара Захара Кузмина, как это часто бывает, забылось. По другой версии, граф сам изобрёл эту кашу в ознаменование победы над Наполеоном. Так или иначе, но этот шедевр кулинарного мастерства в 1814 г. впервые демонстрировался в Париже как русское блюдо.

Продукты: 1л молока,  $\frac{3}{4}$  стакана манки, 100 г грецких орехов, 100 г цукатов, 50 г сливочного масла, щепотка ванилина, 4 яйца, сахар и соль – по вкусу.

Способ приготовления: 1) Сварить густую манную кашу: в кипящее молоко добавить соль и сахар по вкусу, тонкой струйкой, постоянно помешивая, всыпать манную крупу и варить до готовности. 2) Орехи и цукаты мелко порубить. 3) Кашу слегка охладить, добавить размягченное сливочное масло, ванилин, орехи и цукаты. 4) Бели яиц отделить от желтков, взбить их в крепкую пену. 5) Добавить в кашу сначала желтки, а затем аккуратно вмешать белки. 6) Выложить готовую смесь в смазанную маслом форму. Посыпать сахаром и запечь в духовке при температуре 180\* С до образования румяной корочки.

#### **2.17 Приготовление гречневой каши с сушеными белыми грибами. Оценка качества.**

##### **Дегустация.**

Кажется, что гречневая каша самая простая в приготовлении, но все равно для того, чтобы её сварить, необходимо придерживаться строгих правил.

Для гречки на каждую единицу объёма крупы должно браться вдвое больше воды (1:2). Для кастрюли требуется плотная крышка, варят кашу на сильном огне в течении первых 3-5 минут, до закипания воды, а затем огонь надо уменьшить. И ещё одно важное правило для большинства каш: засыпав крупу и залив её водой, не трогать, не мешать, не приоткрывать крышку, иначе каша подгорит и высохнет, а если мы пытаемся «помочь» ей и подольём воду, превратится в размазню. Лучше всего, если каша, снятая с огня, постоит под крышкой после готовности 5 минут для так называемого упревания, т.е. полного раскрытия её вкуса.

Продукты: 1 стакан гречневой крупы, 50 г сушеных белых грибов, 1 луковица, 50 г сливочного масла, соль – по вкусу.

Способ приготовления: 1) Гречневую крупу промыть, перебрать и отварить до готовности. 2) Грибы промыть и отварить в небольшом количестве подсоленной воды, пока они не станут мягкими, мелко их порезать. 3) Лук нарезать и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, добавить отваренные грибы и жарить всё вместе 5-7 минут. 4) Выложить кашу в

горшочек, добавить 2 ст. ложки грибного отвара, обжаренные грибы с луком и подать к столу.

### **2.18 Приготовление пшенной каши с мёдом. Правила приготовления. Дегустация. Оценка качества.**

Для приготовления любых блюд из пшена существуют общие правила. Пшено необходимо перебрать, хорошо промыть: сначала холодной водой 2-3 раза, а затем обязательно горячей. Холодная вода смывает всю грязь, а горячая позволит немного отпарить крупу. Варить пшенную кашу необходимо в большом количестве воды до полуготовности. Нельзя дать пшену развариться в этой воде окончательно – всё равно её придётся слить. Потом уже подливают молоко или бульон, в котором и доваривают кашу до полной готовности. Жидкость при этом должна полностью выпариться. Пшенная каша всегда считалась одной из самых простых, но если сварить её по всем правилам, то она получится очень вкусной.

Продукты: ½ л молока, 1 л воды, ¾ стакана пшена, 2 ст. ложки мёда, щепотка соли, 50 г сливочного масла.

Способ приготовления: 1) Пшено перебрать, промыть сначала холодной водой, пока вода не станет чистой, затем горячей водой или ошпарить кипятком. 2) Залить водой и варить до полуготовности. 3) Воду слить и варить кашу до готовности, добавив молоко, сахар и соль. 4) В сваренную горячую кашу добавить мёд и масло и подать к столу.

### **2.19-2.20-2.21 Крупеник гречневый с творогом. Правила приготовления.**

Гречиха очень древняя культура. Родина её – Гималаи. Но уже с начала нашей эры выращиванием гречихи занимались народы, проживающие на территории Руси. Гречка была и остается одной из самых любимых русских круп. С ней варят супы, делают клёцки, каши и запеканки. Самое интересное, что гречку практически невозможно купить в странах Западной Европы – это настоящий русский продукт. При этом нельзя забывать, что из всех круп гречка самая питательная и полезная, она отличается высоким содержанием полноценного белка и витаминов группы В.

Продукты: 250 г творога, 5 яиц, 1 стакан гречневой крупы, щепотка ванилина и корицы, 100 г изюма, горсть цукатов и грецких орехов.

Способ приготовления: 1) Яйца растереть с творогом, сахаром, ванилином и корицей. 2) Добавить изюм, цукаты и орехи. 3) Добавить отваренную гречку. 4) Вылить смесь в форму, смазанную сливочным маслом. 5) Выпекать при температуре 180\*С 40-45 минут.

### **2.22 Блины. История возникновения. Рецепты русских блинов**

Блины в том или ином виде существуют почти во всех кухнях народов мира. Но русские блины – особенные. Они мягкие, рыхлые, пышные, лёгкие и точно кружевные – все в мелких дырочках. В старину, пожалуй, никакое другое блюдо русской кухни не могло сравниться по популярности с блинами.

Блины для русского человека, это не просто любимое блюдо - это генетическая память о русской деревне, о веселых гуляньях на Масленицу, о вековых русских традициях и устоях. Наши предки блинами угощали гостей, блинами встречали рождение детей давая блины роженицам после родов, блинами провожали в последний путь и поминали умерших родственников. Можно без преувеличения сказать, что в русских блинах отражена тысячелетняя история русского мира, его дух, традиции, колорит.

#### **Блины в древней Руси**

История русских блинов берет свое начало в глубине веков. Считается, что первый блин испекли приблизительно в 1005 г – 1006 г, поэтому русским блинам уже точно больше тысячи лет!

Блины на Руси давно уже являются обычным блюдом русской кухни, но в стародавние времена, блины у славян имели особое, ритуальное значение, а их приготовление было обрядовым, целым таинством, куда не допускались посторонние. Рецепты блинов передавались из поколения в поколение, от матери к дочери, от бабушки к внучке. Хозяйки готовили опару для

блинов с вечера, втайне от домашних, при свете месяца, приговаривая: "Месяц, ты, месяц, золотые твои рожки, взгляни в окошко, подуй на опару".

Ошибочно считается, что у славянских народов горячие, круглые блины являлись символом солнца. На самом деле, блины у древних славян всегда были поминальным блюдом. Блинами поминали умерших сородичей, предназначали давно усопшим родичам «передавая» блины на «тот свет» раздавая их колядникам, первым встречным странникам, нищим. Не зря издревле говорят, что «Первый блин всегда за упокой».

Провожали блинами в последний путь не только умерших родственников, но и зиму – на Масленицу блины всегда являлись непременным атрибутом этого праздника, ведь они так соответствуют поминальному характеру Масленицы. Масленицей не только провожали зиму и встречали весну, но и провожали старый год и встречали новый, ведь до 14-го века на Руси год начинался в марте. Не зря Масленицу называли честной, широкой, обжорной, ведь как встретишь год, так его и проведешь, потому не скупилась русичи в этот праздник на застолье и веселье.

### **Как готовили блины на Руси**

Многим народам известны разнообразные способы приготовления блинов, разных по типу и консистенции, с использованием различных видов муки. В странах Средней Азии и Западной Европы принято готовить блины из пресного теста разнообразных составов, в то время как на Руси предпочитали дрожжевые блины - приготовленные из жидкого дрожжевого теста, выдержанного до образования в опаре углекислого газа.

Сейчас для выпекания блинов используется пшеничная, гречневая, ячневая, овсяная и даже гороховая мука или же их сочетания, но классическими русскими блинами считаются гречишные блины. Они обладают приятным вкусом и небольшой кислотностью. По сравнению с блинами из пшеничной муки, гречишные блины более пышные и рыхлые.

Традиционные русские блины, это небольшие блины размером с блюдце, которые в старину выпекались только на вычищенных с помощью соли и хорошо прогретых сковородках (предпочтительнее чугунных). Перед началом выпечки каждого блина, сковорода для блинов смазывалась маслом с помощью луковицы или картофелины наколотой на вилку, или кусочком сала. Пеклись блины в русской печи, поэтому до сих пор говорят «печь» блины, а не жарить. Пекли на Руси и фаршированные блины (с припеком) - начинку выкладывают на середину сковороды и заливают блинным тестом. В качестве припека, использовались готовые измельченные продукты. Это могли быть: слой жареного лука или моркови, вареные яйца, грибы, рыбный или мясной фарш, творог и др.

Готовые блины укладывают стопкой и подают горячими.

В наше время, блины уже не воспринимаются как обрядовая еда, и уже давно занимают своё достойное место в обычном русском меню.

### **2.23 Приготовление блинов русских «взбитых». Дегустация. Чаепитие.**

Продукты : 200 мл молока, 75 мл воды, ½ стакана муки, 2 яйца, 150 г сливочного масла.

Способ приготовления: 1) Смешать в миске воду и молоко, подогреть до комнатной температуры. 2) просеять муку со щепоткой соли в миску, держа над ней сито, чтобы мука проветрилась. 3) Сделать в муке посередине углубление и разбить туда яйца. Затем начинать взбивать их венчиком или вилкой, собирая всю муку со дна и со стенок. 4) Добавить в получившуюся массу подогретую жидкость понемногу, взбивая. Когда вся жидкость добавлена, собрать все комки муки со стенок в середину и взбить ещё раз, чтобы получилось однородное тесто консистенции сливок. 5) Добавить в тесто 2 ст. ложки растопленного сливочного масла. 6) Растопить на сковороде 50 г сливочного масла и выпекать на ней блины как обычно. 7) Складывать блины надо в стопку, прокладывая листами пергамента ( бумага для выпечки), на тарелку, поставленную на кастрюлю с медленно кипящей водой, чтобы блины не остывали, пока вы делаете остальные.

Полезный совет: блины прекрасно замораживаются, если их сложить стопкой и поместить в мешки для заморозки. Если блины были заморожены, перед разогреванием их нужно разморозить при комнатной температуре, а затем накрыть стопку блинов фольгой и положить в разогретую до 140\*С духовку на верхнюю полку на 10-15 минут.

#### **2.24 Блинчики «Золотистые». Особенности приготовления. Дегустация, обсуждение.**

Приготовление : взять 5 яиц, отделяем белки от желтков. Белки нам не понадобятся, а к желткам добавляем 200 г сахара и хорошо растираем. Смешиваем 120 г муки ( примерно три четверти стакана) с 1 стаканом сливок, перемешиваем, чтобы не было комков. Ещё 1 стакан сливок в кастрюльке взбиваем в пену, ставим на небольшой огонь и, не переставая мешать, доводим до кипения. Затем, помешивая, охлаждаем. Смешиваем желтки, сливки и муку, делаем блинное тесто и выпекаем на смазанной маслом сковородке. Подаём с мёдом и сахаром.

Народная мудрость чтобы тонкие блинчики получались ажурными, рекомендуется заваривать тесто горячим молоком; если в тесто для блинов добавить немного растопленного сливочного масла, вам не нужно будет смазывать сковородку перед каждым блинчиком; протрите сковородку, на которой вы планируете печь блинчики, солью, и тогда они не будут прилипать; чтобы блинчики были вкуснее и пышнее, добавьте в тесто хорошо взбитые яичные белки. Вводить их нужно в самом конце приготовления теста.

#### **2.25 -2.26 -2.27 Блинчики «Закусочные». Особенности приготовления. Дегустация, обсуждение.**

Продукты: 5 яиц, 5 ст. ложек майонеза, ½ ч. ложки сушеного укропа, соль, черный молотый перец по вкусу, растительное масло для жарки.

Для начинки : 150 г твердого сыра, 100 г майонеза, 3 зубчика чеснока.

Приготовление : 1) для блинчиков соединить все ингредиенты, перемешать до получения однородной массы. 2) столовой ложкой выкладывать массу на раскаленную с растительным маслом сковороду и жарить блинчики с одной стороны 2-3 минуты. 3) для начинки сыр натереть на мелкой терке, чеснок очистить, пропустить через пресс. Соединить сыр, чеснок, майонез, перемешать. 4) на готовые, чуть остывшие блинчики выложить начинку и свернуть рулетиками.

#### **2.28 Национальные русские супы. Классификация, характеристика.**

Похлебки или хлёбово, позднее переименованные в супы, издревле занимали заметное место в русской кухне. Самые известные и по-прежнему популярные – щи, затируха, рассольник, солянка и уха. Холодные супы – окрошки, ботвиньи, свекольники, холодники, тюри.

Щи хозяйки варили круглый год по десяткам разнообразных рецептов: с мясом или рыбой, пустые, ленивые и суточные, кислые и зеленые. В зависимости от времени года готовились щи из разных ингредиентов – от свежей крапивы, лебеды или щавеля, до репы, свежей или квашеной капусты. Щи подавались с мучной заправкой или со сметаной.

Русское меню предлагало целую россыпь похлебок с солениями. Калью с икрой, рыбой, птицей. «Жидкие» солянки хозяйки варили их изо всего, что можно было найти в доме, так же как итальянки готовили пиццу. Многочисленные рассольники – постные и скоромные с рыбой или мясом. Обязательный компонент всех этих похлебок – огуречный или капустный рассол.

*Уха* – одно из самых «русских» блюд. Когда-то ухой на Руси называли любую наваристую похлёбку из мяса, птицы и рыбы. XVII в. Ухой стали называть только рыбный навар.

Не все знают, что уха и рыбный суп – совершенно разные вещи. Уха – это обязательно чистейший, прозрачный бульон без мучных или крупяных заправок, жареного лука или пассированных овощей. Вообще, в уху, кроме рыбы, пряностей и корней, можно добавить только картошку и морковку. Лучшая уха варится из свежей речной мелкой рыбы. Такая рыба идёт для приготовления бульона. После того, как бульон сварится, эту рыбу придётся выкинуть. Куски рыбного филе, которые кладутся в бульон, должны быть из рыбы других сортов – «благородных». Это может быть форель, треска, сом. Филе не должно быть слишком мало, примерно по 2 порционных куска на тарелку.

*Солянка* – старинное русское блюдо, густой суп, приготовленный на крепком мясном, рыбном или грибном бульоне с острыми пряными приправами. Соединяя в себе компоненты щей и рассольников, солянка считалась крестьянской едой.

Изначально готовили солянки рыбные без добавок. Однако со временем рецептура усложнялась, а вкус становился более острым. Для усиления кисло-пряного вкуса в бульон добавлялись хлебный квас, рассол, солёные огурцы, позже лимон, маслины, каперсы.

Отличительная особенность солянки – использование разных сортов рыбы одновременно. Рыбу и мясо нужно вынуть из бульона, хорошо охладить и нарезать на кусочки.

*Рассольники* – представляют собой заправочные супы с солёными огурцами на мясном, грибном, рыбном бульонах. В настоящем своём значении название «рассольник» появилось в нашем лексиконе сравнительно недавно, но суп, который мы так называем, – блюдо старинное, только именовалось оно раньше «кальей». Особенностью настоящего русского рассольника являлось то, что в него добавляли огуречный рассол. Вкус рассольника – острый, солёный аромат – с запахом трав и кореньев. Готовили его с икрой, мясом, курицей, почками и не только на огуречном рассоле, но и на лимонном растворе, а подавали с пирогами и пирожками. Очень любопытно то, что лет 100 с лишним назад рассольником назывался не суп, а... пирог. В одной из записных книжек Н.В.Гоголя можно встретить: «рассольник – пирог с курицей, гречневой кашей, в начинку подливается рассол, яйца рубленные». Однако совершенно очевидно, что ни курица, ни гречневая каша, ни яйца не имеют никакого отношения к названию этого блюда. Его прародитель – слово «рассол», т.е. раствор соли или жидкость, образующаяся при солении огурцов или квашении капусты.

*Борщ* – во всём мире стал символом нашей страны, его готовят во всех русских ресторанах мира. Сегодня русскую кухню уже невозможно представить без ароматного, вкусного, горячего борща. Своим национальным блюдом борщ называют многие народы. И хотя больше всего прав на это имеют украинцы, но в Литве вам скажут, что борщ с сушками и корейкой – это их национальное блюдо. А поляки уверяют, что борщок с ушками и квашеной свёклой придумали они. История борща насчитывает сотни лет. Считается, что само название «борщ» произошло от растения борщевика, из которого и варили первые борщи. Борщевик – сорное растение, именно поэтому блюдо из него у людей состоятельных было непопулярным, и борщ долго пробивался наверх, к столам аристократии. Позже борщ стали готовить из свекольного кваса: разбавляли его водой, доводя до кипения, в эту смесь клали нарезанные свёклу, капусту, морковь и другие овощи и ставили в печь. Сваренный борщ солили, заправляли жареным на сале или растительном масле репчатым луком, чесноком. В богатых домах борщ варили на мясном бульоне. Своим любимым блюдом называли борщ Екатерина Великая и Александр II. Всем супам предпочитал украинский борщ Николай Гоголь. Балерина Анна Павлова, несмотря на хрупкость фигуры, особенно любила борщ с гусем, который всегда заказывала, бывая в России.

*Щи* – одно из самых известных и старинных русских блюд, и они по праву занимают в русской кухне особое место. Считается, что щи готовили ещё до крещения Руси. Тогда все супы и похлёбки называли щами или ухой. Щи – это более или менее густые кислые и жирные похлёбки, которые готовят на мясном или грибном бульонах. В щи часто добавляют различные копчености и соленья. Густота щей зависит от количества основных компонентов: капусты, щавеля, зелени, овощей, мучной заправки, а острота – от добавляемых рассола, уксуса, кваса, сметаны, помидоров. Настоящие русские щи готовились в глиняной посуде в печи. Они были любимым блюдом и в царских палатах, и в крестьянских избах.

Со временем вкусы меняются, но любовь русского народа к этому блюду остается неизменной. Рецептов щей существует несчетное число. Готовились они с мясом, осетриной, грибами, яйцом, ветчиной, варились и постные, «пустые» щи. Количество и разнообразие продуктов, входящих в состав щей, говорило о достатке в доме. Отличный вкус, множество вариантов приготовления определили такую долгую и постоянную любовь к этому блюду в России.

Настоящие щи включают в себя следующие компоненты: капусту, морковь, лук, мясо, грибы. Они обязательно заправляются сметаной и зеленью перед подачей на стол. В качестве специй добавляется петрушка, черный перец горошком, лавровый лист, дольки чеснока.

### **2.29-2.30 Горячие супы – щи. Приготовление щей из свежей капусты.**

Продукты : 1/2 небольшого кочана свежей капусты, 2 мелких моркови, 20 г корня петрушки, 2 головки репчатого лука, 50 г томатного пюре или 2-3 небольших свежих помидора, 50 г сливочного масла или маргарина, 50 г сметаны, соль, специи и зелень – по вкусу.

Способ приготовления : 1. Кочан капусты очистить, промыть, нарезать соломкой, предварительно удалив кочерыжку. 2. Морковь также промыть, очистить, порезать соломкой или натереть на мелкой тёрке. 3. Очищенный и промытый репчатый лук нарезать полукольцами, а корень петрушки натереть на тёрке. 4. В растопленный на сковороде маргарин (сливочное масло) добавить лук. Обжарить его до золотистого цвета. Затем морковь и корень петрушки. 5. В кипящий мясной бульон добавить нарезанную капусту, довести до кипения. Добавить пассированные овощи и варить 15-20 минут на медленном огне. За 10-15 минут до окончания варки добавить нарезанные дольками красные помидоры или пассированный томат, специи и соль.

Пассированный томат : томат-пюре надо пассировать отдельно от других овощей. Разогреть на сковороде сливочное масло (маргарин), добавить томат-пюре и, не переставая помешивать, обжаривать несколько минут. По окончании жарки добавить на сковороду немного мясного бульона и растереть его с томатной пастой.

### **2-31 Холодные супы. Что к ним относится?**

Из холодных супов, характерным для русской кухни, без сомнения, самый известный – это окрошка. Окрошка – это холодный суп на квасе. Квас был любимым напитком наших предков и сегодня не потерял своей популярности. Истари его использовали для заправки холодных блюд из редьки, хрена и других продуктов, на нем готовили простые жидкие блюда, например тюри (разведенные квасом накрошенные лук и хлеб, или сухари), а также окрошки, ботвиньи, свекольники.

Любопытно, что еще в начале XIX в. Окрошку подавали не как первое блюдо, а как закуску. Готовили её на квасе и кислых щах, на огуречном и капустном рассоле, кислом молоке, молочной сыворотке и пахтанье.

Само название этого кушанья говорит о том, что все входящие в него продукты следует измельчать (крошить).

### **2.32 Приготовление окрошки постной из разностей. Правила приготовления, последовательность. Дегустация.**

Продукты : 2 л кваса, 4 картофелины, 50 г соленых грибов, 4 свежих и 1 соленый огурец, 1 моченое и 1 свежее яблоко, 100 г фасоли, 1 свекла, ½ ч ложки горчицы 1 ч ложка соли, 1 ст. ложка растительного масла, соль, перец и зелень – по вкусу.

Способы приготовления : 1. Свежие и соленые огурцы, соленые грибы, свежие и моченые яблоки очистить и мелко порезать. 2. Отдельно сварить, остудить и нарезать кубиками картофель, свеклу и фасоль. Все это сложить в кастрюлю или супницу. 3. Непосредственно перед подачей готовую горчицу смешать с солью, затем, постепенно, по капле добавить растительное масло и размешивать до тех пор, пока не получится густой соус. 4. Этим соусом заправить подготовленные «разности», залить квасом и прибавить по вкусу соли, перца, зеленого лука, петрушки и укропа. 5. Размешать, положить несколько кубиков пищевого льда.

## **3 Традиции русского застолья**

### **3.33 История традиций русского стола**

Каждый народ имеет свой уклад жизни, обычаи, свои неповторимые песни, танцы, сказки. В каждой стране есть излюбленные блюда, особые традиции в убранстве стола и приготовлении пищи. Много в них целесообразного, исторически обусловленного, соответствующего

национальным вкусом, образу жизни, климатическим условиям. Тысячелетиями складывался этот образ жизни и эти привычки, в них собран коллективный опыт наших предков.

Кулинарные рецептуры, сформированные за годы в результате многовековой эволюции, многие из них являются прекрасными образцами правильного сочетания продуктов по вкусу, а с физиологической точки зрения - по содержанию пищевых веществ.

Быт народа складывается под влиянием многих факторов — природных, исторических, социальных и др. В известной мере влияет на него и культурный обмен с другими народами, но никогда чужие традиции механически не заимствуются, а приобретают на новой почве местный национальный колорит.

Обилие русского стола не следует путать с обжорством. Прежде всего **обилие русского стола** было связано с гостеприимством — национальной чертой русского народа, присущей, безусловно, и многим другим народам. Обжорство же, свойство есть лишнее, много и жадно считалось пороком. Про человека, не умеющего есть, в народе говорили с осуждением: «Никакой в нем выти нет».

#### *Порядок подачи блюд*

Когда уже все участники трапезы рассаживались по своим местам, хозяин разрезал хлеб на кусочки и вместе с солью подавал каждому гостю отдельно. Этим своим действием в очередной раз подчёркивал гостеприимство своего дома и глубокое уважение ко всем присутствующим. На этих праздничных пирах было обязательно ещё одно - перед хозяином ставилось так называемое опричное блюдо и еду с него хозяин лично перекладывал в неглубокие тары(плоскую посуду) и передавал со слугами особым гостям как знак абсолютного внимания к ним. А когда слуга передавал это своеобразное гастрономическое послание от своего хозяина, как правило говорил: "Чтоб тебе, милостивый государь, кушать на здоровье".

Если бы нам, каким то чудом можно было переместиться во времени, и оказаться в семнадцатом веке, и почему бы и нет, случись и второе чудо, нас бы пригласили на подобное торжество мы бы не мало удивлены порядком подачи блюд к столу. Вот судите сами, сейчас для нас нормально что сперва мы едим закуску, после суп, а уже после этого второе и десерт, а в те времена сперва подавали пироги, затем блюда из мяса, птицы и рыбы ("жаркое"), а уж потом, в конце обеда - супы ("ушное"). Отдохнув после супов, на десерт кушали разнообразные сладкие заедки.

#### **3.34 Как пили на Руси**

Традиции питья на Руси сохранённые и дошедшие до нас, своими корнями уходят в стародавние времена, а во многих домах сегодня, как и в далёком прошлом отказаться от еды и выпивки означает обидеть хозяев. Также дошла до нас и повсеместно практикуется традиция пить водку не мелкими глотками, как принято к примеру в европейских странах, а залпом, сразу. Правда сейчас изменилось отношение к пьянству, если сегодня пьянеть это значит отклониться от принятых норм приличия, то в те времена боярской Руси, когда это считалось обязательным, и не напившийся гость должен был таковым хотя бы притвориться. Хотя не следовало быстро пьянеть, а идти в ногу со всеми участниками застолья и поэтому быстрое опьянение в гостях считалось неприлично.

#### *Царские пиры*

Благодаря многим дошедшим до нас старинным рукописям мы прекрасно осведомлены о праздничном и повседневном столе царя и бояр. И это благодаря пунктуальности и чёткости исполнения своих обязанностей придворных служащих.

Количество всевозможных блюд на царских пирах и на пирах богатых бояр доходило до ста, а в особых случаях могло достигать и пол тысячи, причём к столу под носились поочерёдно, по одному, а драгоценные золотые и серебряные посуды с остальными кушаньями держали в руках стоявшие вокруг стола слуги.

#### *Крестьянский пир*

Но традиции пировать и трапезничать были и не столь богатых слоях общества, и были не только у богатых и знатных членов общества.

Представители практически всех слоев населения считали обязательным собираться за пиршественным столом по поводу всех значимых событий в жизни, будь то свадьба, крестины, именины, встречи, проводы, поминки, народные и церковные праздники...И естественно именно эта традиция дошла до нас практически ничуть не изменившись.

#### *Русское гостеприимство*

О русском гостеприимстве известно всем и так было всегда. (Впрочем, какой народ скажет о себе, что он не гостеприимный?!)

А что же касается еды, то если в дом русского человека приходят гости и застают семью за обедом, то непременно будут приглашены к столу и усажены за ним, и у гостя вряд ли будет возможность отказаться от этого. ( Хотя и у других народов гостя тоже не заставляют стоять в углу до окончания обеда. Но, как говорится, сам себя не похвалишь... )

Торжественные обеды и застолья в честь приёма иностранных гостей устраивались с особой широтой и размахом, они призваны были продемонстрировать не только материальные возможности царственных хозяев (подчистую обиравших собственный народ), но и широту и гостеприимство русской души). Впрочем, это не уникально: и тот же Лукулл, и Людовик XIV, и многие другие отличались не меньшей широтой души в угощениях.

#### **3.35 -3.39 Семинар «Широта души русской» Приготовление кулича**

Словосочетание « широта русской души» может иметь самый разный смысл.

Широта русской души - это само по себе название некоторого душевного качества, приписываемого русскому национальному характеру и родственного таким качествам, как хлебосольство и щедрость. Широкий человек – это человек, любящий широкие жесты, действующий с размахом и, может быть, даже живущий на широкую ногу. Иногда также употребляют выражение человек широкой души. Это щедрый и великодушный человек, не склонный мелочиться, готовый простить другим людям их мелкие проступки и прегрешения, не стремящийся «заработать», оказывая услугу. Его щедрость и хлебосольство иногда могут даже переходить в нерасчетливость и расточительность.

Примеры детей о людях, которых они знают с «широкой русской душой».

#### **3.40 Творческое задание «Гости на пороге»**

**Сервировка стола к обеду. Порядок подачи блюд. Этикет. Подарки.**

В первую очередь стоит определиться в каком формате будет проходить обед и каким способом будем подавать блюда. Рассмотрим традиционный вариант обеда из трех блюд с русским способом подачи, то есть блюда будут расставлены на столе и каждый из гостей сам сможет выбирать, чем и в каком количестве наполнить свою тарелку. В первую очередь желательно знать сколько гостей будет и в зависимости от этого расставить приборы. Самое оптимальное расстояние между двумя людьми — не менее 60 см. Если обед формальный (пусть в нашем случае он именно таков) скатерть лучше взять белую.

Она должна быть чистой и выглаженной, подходить к столу по форме. Стол не должен быть загроможден блюдами, поэтому подач будет несколько. Сначала на столе должны присутствовать первое блюдо и дополнения к нему: хлеб, какая-либо нарезка, паштеты или икра, соль и перец, зелень, сметану или соусы. Далее блюда можно сменить на основные блюда и салаты, затем подать десерт.

**Основные правила расстановки приборов на столе:**

- для первых двух блюд ставят глубокую и мелкую тарелки одну на другую;
- с правой стороны тарелки — суповая ложка вогнутостью вниз и нож лезвием к тарелке, с левой — вилку тоже вогнутостью вниз;
- бокалы и стаканы для напитков ставят выше справа от тарелки;
- выше слева от тарелки при необходимости подают тарелку для закусок;
- на плоскую тарелку кладут салфетку;

- посреди стола ставят супницу, затем ее сменяют тарелками с основным блюдом;
- на столе также могут присутствовать масленка с ножом, емкости со специями и хлеб;
- подача десерта, чая и кофе производится после абсолютной уборки стола.

Вот основные принципы, которые стоит запомнить любой хозяйке. В остальном же очень многое зависит от индивидуальных особенностей вашего обеда. Ну и, конечно же, не забудьте приправить его хорошим настроением и доброжелательностью. Сервировка стола к обеду — это важный и интересный процесс, при соблюдении правил которого можно обязательно впечатлите своих гостей.

Следует соблюдать порядок подачи блюд. Обед начинается с холодных закусок, которые чаще всего ставятся на стол заранее. Рекомендуется вначале есть рыбу, затем мясо и в последнюю очередь салаты — рыбные, мясные, овощные. После холодных иногда подаются горячие закуски. После супов подаются вторые блюда, вначале рыбные, затем мясные, из птицы и дичи, из овощей.

От горячего мясного кушанья следует отрезать по кусочку, иначе оно быстрее остынет и будет менее вкусным.

Птицу и дичь по возможности нужно есть вилок и ножом, рыбу, если нет специального рыбного ножа, — вилок, помогая кусочком хлеба. Ножом не полагается резать овощи, рубленые котлеты, тефтели, голубцы, яичницу, омлет, густые каши, запеканки и некоторые другие блюда.

#### **4.Маникюр**

##### *4.41. История маникюра. Санитарные нормы. Оборудование и инструменты.*

Теория: цели и задачи кружка. Знакомство с программой. Введение в предмет. Исторические сведения о маникюре, его современное значение. Основные санитарные правила. Дезинфекция и инфекционный контроль. Виды обеззараживания: стерилизация, санация, дезинфекция. Техника безопасности. Необходимые инструменты и оборудование, правила их использования. Правила хранения и эксплуатации рабочих инструментов. Правила хранения и использования дезинфицирующих средств. Гигиена. Основные требования, предъявляемые к мастеру. Содержание рук в чистом и ухоженном виде. Внешний вид рук, одежды. Знания, необходимые мастеру маникюра (строение кожи, ногтей, используемые косметические средства, дефекты ногтей и кожи и т.д.). Личностные качества мастера.

##### *4.42. Материаловедение.*

Теория: Материалы (кисти, дотсы, глиттер, стразы, пайетки, бульонки, фольга, краски и т.д.), необходимые для маникюра. Виды баз, топов, гелей, полигелей, гель - лаков, праймеров и т.д.

##### *4.43.Стили и техники дизайна маникюра.*

Теория: Рассказ о современных техниках, используемых в маникюре, подбор дизайна в зависимости от времени года и образа жизни, совмещение дизайнов и цветов.

##### *4.44 Строение ногтей и кожи. Значение питания для здорового роста ногтей.*

Теория: анатомия кисти руки. Строение ногтя и тканей вокруг него. Понятия: “тело ногтя”, “ногтевой край”, “ногтевое ложе”, “ногтевой валик”, “лунка”, “стенки ногтя”, “матрица ногтя” и другие. Значение питания для здорового роста ногтей. Полноценное питание. Как правильно питаться, фрукты богатые витаминами, необходимыми для кожи и ногтей. Значение воды. 2. Косметические дефекты ногтей (ломкие ногти, трещины, изменение цвета ногтевой пластины, заусенцы и т.д.). Причины их возникновения. Внешние признаки.

##### *4.45. Косметические дефекты ногтей и кожи.*

Теория: косметические дефекты кожи рук (пигментные пятна, сухость и шелушение, обморожение, потливость ладоней, бородавки и т.д.) Внешние проявления, меры предосторожности. Методы устранения и исправления косметических дефектов ногтей и кожи (процедуры: ванночки, маски и т.д.)

#### **4.46-4.49 Виды маникюрных работ**

##### *1.Техники и технологии маникюрных работ.*

Теория: подробный разбор основных видов маникюра: обрезной, комбинированный, аппаратный. Инструменты и приборы необходимые для выполнения маникюра. Разбор техник, используемых в маникюре.

*2. Выбор формы ногтей, моделирование свободного края ногтя.*

Теория: разбор существующих форм, технология опиления свободного края ногтя. Подбор формы свободного края в зависимости от строения ногтевой пластины.

Практика: отработка моделирования свободного края ногтя на типсах.

*3. Теория и технология покрытия ногтей гель-лаками.*

Теория: последовательность покрытия ногтей гель-лаками, виды материалов необходимых для покрытия. Подбор материалов в зависимости от физиологии ногтя и наличия аллергии на материалы.

**4.50-4.53 Покрытие ногтей гель-лаком (4 ч.)**

*1. Виды базовых покрытий, топов, цветных гель-лаков.*

Теория: Подробный разбор видов базовых покрытий (жесткие, камуфляжные, каучуковые, для растекания и т.д.), топовых покрытий (с липким слоем, без липкого слоя, матовые и т.д.), гель-лаков (обычные, витражные, глиттерные и т.д.) Колористика, сочетание цветов в маникюре.

*2. Обработка ногтевой пластины перед покрытием.*

Теория: Технология обработки ногтевой пластины перед покрытием и в зависимости от покрытия (гель-лак, укрепление, наращивание), материалы необходимые для обработки.

(Видеоурок)

*3. Покрытие базой, цветом, топом.*

Теория: Повторение пройденного материала (последовательность покрытия ногтевой пластины, необходимые материалы).

Практика: Отработка на типсах последовательного покрытия ногтевой пластины гель-лаком.

*4. Снятие предыдущего покрытия.*

Теория: виды снятия покрытия (аппаратное, размачивание). Материалы необходимые для снятия (фрезы, средства для отмачивания и т. д.)

Практика: отработка на типсах снятие старого материала.

**4.54—4.56 Наращивание ногтей (3 ч.)**

*1. Виды наращивания ногтей. Материалы для наращивания.*

Теория: Виды наращивания ногтей (гелевое, полигелевое), средства для наращивания (гели, полигели, гель- желе и т.д), материалы для наращивания (нижние формы, верхние формы, стекловолокно). Правильный подбор формы свободного края при наращивании. Опил наращенного ногтя.

*2. Полигелевое наращивание ногтей.*

Теория: повторение пройденного материала.

Практика: отработка на типсах наращивания ногтей полигелем на верхние формы, отработка опиления наращенного ногтя.

*3. Коррекция наращенных ногтей.*

Теория: полный разбор коррекции наращенных ногтей от снятия старого материала, до нового покрытия и дизайна. (Видеоурок)

**4.57-4.60 Роспись ногтей (4 ч.)**

*1. Вензеля (роспись гель красками)*

Теория: знакомство в гель-красками (виды), кисти необходимые для прорисовки вензелей, виды вензелей и технология их прорисовки.

Практика: отработка по шаблону прорисовки изображения вензеля, сначала на бумаге шариковой ручкой, затем на типсе гель-краской.

*2. Геометрия (роспись гель красками)*

Теория: виды геометрической росписи, кисти необходимые для прорисовки геометрии, расположение геометрического дизайна на ногте.

Практика: отработка геометрического дизайна типсе гель- красками.

### *3. Лепестки, цветы, бабочки, сердца.*

Теория: технология и виды прорисовки лепестков, цветов, бабочек, сердец. Нанесение подмалёвка, кисти необходимые для прорисовки, цветовые решения.

Практика: отработка на типах прорисовки лепестков, цветов, бабочек, сердец.

### *4. Роспись акварельными красками.*

Теория: технология росписи акварельными красками (подготовка ногтевой пластины, нанесение). Акварельная роспись с прорисовкой гель-красками.

Практика: отработка на типсе акварельной росписи по шаблону.

## **4.61-4.66 Аппликация (6 ч.)**

### *1. Теория и технология работы с фольгой.*

Теория: виды фольги и клея для фольги. Технология нанесения.

Практика: отработка на типах.

### *2. Теория и технология работы со стразами и бульонками.*

Теория: виды страз, бульонок и декоративных элементов. Технология крепления декора на ногти.

Практика: крепление декора на типсу.

### *3. Теория и технология работы с глиттером и втиркой.*

Теория: виды глиттера и втирки, способы их нанесения.

Практика: отработка на типах дизайна с глиттером и втиркой.

### *4. Стемпинг.*

Теория: материалы необходимые для выполнения стемпинга, технология и последовательность нанесения, виды стемпинга.

Практика: выполнение стемпинга на типсе.

### *5. Теория и технология работы с наклейками и слайдерами.*

Теория: виды наклеек и слайдеров, технология нанесения и закрепления.

Практика: выполнение дизайна с наклейками и слайдерами.

### *6. Теория и технология работы с камифубиками и пайетками.*

Теория: разновидности камифубиков и пайеток, технология крепления, разновидности дизайнов.

Практика: выполнение дизайна с камифубиками на типсе.

## **4.67-4.69 Техника переплетения лаков (3 ч.)**

### *1. Градиент кистью и аэропуффингом.*

Теория: виды градиента, сочетание цветов гель-лака, последовательность нанесения, материалы, необходимые для выполнения градиента.

Практика: выполнение градиента на типсеаэропуффингом.

### *2. Техника дизайна «по-мокрому».*

Теория: что такое дизайн «по-мокрому», материалы, необходимые для выполнения дизайна, последовательность нанесения.

Практика: выполнение дизайна на типсе.

### *3. Техника переплетения лаков в сочетании с аппликацией и прорисовкой.*

Теория: виды дизайнов в технике переплетения лаков в сочетании с аппликацией, прорисовкой, фольгой, стазамы и т.д.

Практика: Выполнение на типсе дизайна по образцу, либо на выбор ученика.

## **4.70-4.74 Френч дизайн. Заключение (4 ч.)**

### *1. Френч маникюр классический.*

Теория: технология выполнения френч маникюра, материалы, необходимые для выполнения дизайна.

Практика: выполнение френч маникюра типсе.

### *2. Френч дизайн.*

Теория: виды френч дизайнов, технология исполнения.

Практика: выполнение на типсе френч дизайна с цветами и прорисовкой.

### 3. Лунный маникюр.

Теория: что такое лунный маникюр, технология нанесения, материалы, необходимые для выполнения маникюра.

Практика: прорисовка лунок на типсе.

#### **Заключение**

1. Подготовка к конкурсу на лучший дизайн на типсе.

Теория: зарисовка будущего дизайна на бумаге, подбор цвета и материалов.

2. Проведение конкурса, подведение итогов.

Практика: выполнение выдуманного учеником дизайна на типсе, оценка работы компетентным жюри и педагогом. Итоговая диагностика, по результатам конкурса. Выставка работ.

## **5 Раздел. Современное моделирование и конструирование**

### **5.751. Вводное занятие.**

План работы и задачи на год. Профессия швеи-мотористки. Правила техники безопасности при работе в швейной мастерской.

#### **Сведения о работе швейных машин.**

**Теоретические сведения.** Челночный стежок: строение, назначение, выполнение. Роль нитепритягивателя, иглы, челнока, двигателя ткани в выполнении стежка. неполадки в работе промышленной швейной машины: виды (слабая строчка, петляет сверху, петляет снизу), исправление. Уход за швейной машиной.

**Практические работы.** Установка лапки. Чистка и смазка швейной машины. Разборка и сборка челночного комплекта.

**Умение.** Чистка и смазка швейной машины. Частичная разборка челночного комплекта.

### **5.75 Свойства тканей из синтетических и смешанных волокон**

**Теоретические сведения.** Общее представление о получении волокон и пряжи натурального и искусственного шелка. Ткани из натурального и искусственного шелка: свойства (прочность, сминаемость, гигроскопичность, воздухопроницаемость, скольжение, осыпаемость, прорубаемость), отношение к: воде, теплу, щелочам, правила утюжки. Общее представление о получении синтетических волокон и пряжи. Виды синтетического волокна (капрон, лавсан, нитрон). Получение пряжи из синтетических волокон и нитей.

**Умение.** Распознавание шелковой и синтетической ткани.

**Лабораторная работа.** Определение тканей из натурального и искусственного шелка по внешнему виду (блеску), на ощупь, по характеру горения нитей.

Определение волокон капрона, лавсана, нитрона по внешнему виду, на ощупь, по характеру горения.

Изучение свойств синтетического волокна (прочности, способности смачиваться водой, стойкость при нагревании).

Сравнение шелковой ткани с хлопчатобумажной и шерстяной.

### **5.76 Подготовка ткани к раскрою**

**Теоретические сведения.** Ткань: отделка. Дефекты ткацкого производства, крашения и печатания. Подготовка ткани к раскрою. Декатирование ткани и обмеловка выкройки.

**Практическая работа.** Составление коллекции образцов тканей с дефектами ткачества, с крупным тематическим и растительным рисунком.

### **5.77 -5.78 Стиль в одежде и моде**

**Теоретические сведения.** Понятие *силуэт* (в одежде). Фасоны цельнокроеного платья, описание фасонов. Виды выреза горловины в платье без воротника (круглый, каре, углом).

**Практическая работа.** Определение по журналу мод стиля, силуэта и фасона изделий.

**Умение.** Распознавание фасонов рукавов и воротников.

### **5.79-5.80 Фасоны плечевых изделий. Изготовление блузок**

**Изделие.** Блузка без воротника и рукавов или с цельнокроеными короткими рукавами (линия бока начинается от середины проймы).

**Теоретические сведения.** Ткани для блузок. Фасоны блузок без рукавов и с короткими цельнокроеными рукавами. Мерки для построения чертежа основы блузки. Название деталей и контурных срезов. Припуски на обработку срезов. Простейшее моделирование (перенос нагрудной вытачки). Правила раскладки выкройки на ткани. Расчет расхода ткани на блузку.

**Умение.** Приглаживание копировальных оттисков.

**Практические работы.** Проверка чертежа и изготовленной выкройки. Перенесение нагрудной вытачки. Раскладка выкройки на ткань и раскрой с припуском на швы. Прокладывание копировальных стежков по контуру выкройки, по линии талии.

### **5.81 Изготовление блузок**

**Изделие.** Блузка без воротника и рукавов или с короткими цельнокроеными рукавами (горловина и проймы обрабатываются окантовочным швом или косой обтачкой).

**Теоретические сведения.** Способы обработки горловины, пройм и низа цельнокроеного рукава. Виды обработки низа блузки в зависимости от ее назначения (двойной строчкой, швом вподгибку с закрытым срезом, притачным поясом).

**Практические работы.** Сметывание вытачек, плечевых и боковых срезов. Примерка. Устранение дефектов после примерки. Внесение изменений в выкройку. Раскрой и обработка косой обтачки. Обработка горловины, пройм или низа рукавов косой обтачкой. Обработка швом вподгибку с закрытым срезом нижнего среза. Утюжка и складывание блузки по стандарту.

### **5.82 Снятие мерок и построение чертежа Практическое повторение**

**Виды работы.** По выбору. Пошив блузки, жилеты, юбки или постельного белья. Выполнение заказов базового предприятия с пооперационным разделением труда.

### **5.83 Построение чертежа основы прямой блузки**

**Изделие.** Платье цельнокроеное прямого, приталенного или свободного силуэта без воротника и рукавов или с короткими цельнокроеными рукавами.

**Теоретические сведения.** Использование выкройки блузки для изготовления выкройки платья. Название деталей и контурных срезов выкройки. Детали платья. Расчет и расположение вытачек по линии талии.

### **5.84 Моделирование блузок на основе прямой блузки**

Моделирование выреза горловины в платье без воротника (выполняется в альбоме в масштабе 1 : 4).

**Практические работы.** Снятие мерки длины изделия. Изменение выкройки основы блузки. Подготовка выкройки платья к раскрою. Раскладка выкройки на ткани и раскрой.

### **5.85. Изменение выкройки основы прямой блузки.**

**Обработка подкройной обтачкой, стачанной по плечевым срезам, горловины**

**Изделие.** Платье цельнокроеное прямого, приталенного или свободного силуэта без воротника и рукавов или с цельнокроеными рукавами.

**Теоретические сведения.** Виды обтачек (долевая, поперечная, косая и подкройная). Способы раскроя подкройной обтачки. Правила обработки и соединения с горловиной подкройной обтачки.

**Практические работы.** Сметывание деталей. Примерка платья. Устранение дефектов после примерки. Обработка вытачек. Стачивание плечевых срезов. Изготовление выкройки и раскрой подкройной обтачки. Соединение обтачки по плечевым срезам. Прометывание и обтачивание горловины платья. Обработка отлетного среза обтачки. Стачивание и обработка на краеобметочной машине боковых срезов. Обработка оборкой или швом вподгибку с закрытым срезом пройм (или низа цельнокроеного рукава) и нижнего среза. (Оборкой можно обрабатывать и горловину путем втачивания ее одновременно с обтачкой.) Утюжка и складывание изделия.

Изготовление образцов горловины разной формы (каре, круглый вырез, вырез углом, с застежкой посередине переда или на спинке). Обработанных подкройной обтачкой горловины.

#### **5.86 Раскрой и пошив прямой блузки без рукавов с помощью перемещения нагрудной вытачки Построение чертежа основы цельнокроеного платья.**

**Изделие.** Выкройка основы платья.

**Теоретические сведения.** Мерки для платья, правила их снятия. Основные условные линии и ориентирные точки фигуры. Детали платья. Названия контурных срезов выкройки.

**Практические работы.** Изготовление чертежа основы платья.

#### **5.87. Раскрой и пошив прямой блузки без рукавов и воротника**

##### **Обработка отдельных деталей и узлов плечевых швейных изделий.**

**Изделия.** Выкройка длинного рукава. Выкройка воротника на стойке.

**Теоретические сведения.** Мерки и расчеты для построения чертежей прямого длинного рукава и воротника на стойке. Фасоны воротников. Нанесение линии низа короткого рукава. Название срезов выкройки и кроя. Высшая точка оката рукава. Виды обработки низа короткого) рукава. Обработка воротника.

**5.88 Подготовка деталей кроя блузки к обработке.** Изготовление образцов короткого рукава и воротника на стойке. Обработка на образце низа короткого рукава (имитация манжетов).

**Практические работы.** Снятие мерок и расчеты для построения чертежа втачного длинного прямого рукава. Построение чертежей рукава и воротника на стойке. Раскрой рукава с учетом направления долевой нити в надставках к рукаву. Нанесение контрольной линии высшей точки оката рукава. Раскрой и обработка воротника.

#### **5.89. Подготовка блузки к примерки .Обработка деталей с кокетками.**

**Изделие.** Кокетка.

**Теоретические сведения.** Кокетка: виды, соединение с деталью притачным и накладным способами, обработка нижнего) среза. Отделка.

**Упражнение.** Изготовление образцов кокеток прямой, овальной и фигурной формы.

**Практические работы.** Элементарное моделирование кокеток. Раскрой. Обработка притачных кокеток с прямым и овальным нижним срезом. Обработка накладных кокеток с прямым и овальным срезом. Обработка уголков кокетки при настрачивании отделочной строчкой. Утюжка деталей с кокетками.

##### **Практическое повторение**

**Виды работы.** Пошив постельного белья, детского и женского белья по готовому крою с пооперационным разделением труда. Выполнение заказов школы.

#### **5.90. Проведение примерки блузки**

**Изделие.** Блузка с воротником на стойке, застежкой доверху и коротким рукавом.

**Теоретические сведения.** Особенности конструкции блузки с рукавом и воротником. Фасоны блузок: выбор и описание. Изменение выкройки основы платья. Нанесение линии низа блузки. Припуск на обработку застежки в середине полочки платья.

**Практические работы.** Раскладка выкройки на ткани. Припуск на обработку застежки. Раскрой блузки с воротником и коротким рукавом. Прокладывание копировальных строчек по контурным срезам и контрольным линиям.

##### **Соединение воротника на стойке с горловиной и рукава с проймой**

#### **5.91. Практическая работа по пошиву прямой блузки**

**Изделие.** Блузка с воротником на стойке, застежкой доверху и коротким рукавом.

**Теоретические сведения.** Приспособления к бытовым швейным машинам: линейка для стачивания деталей и прокладывания отделочных строчек; лапки с направляющим бортиком для выполнения накладного и настрочного шва и для отделочных строчек на разные расстояния от края деталей. Связь и соответствие линий проймы и оката рукава, горловины и воротника.

Пробные строчки с применением приспособлений.

**Практические работы.** Установка линеек и ланок на швейной машине. Сметывание, примерка, возможные исправления, стачивание деталей. Обработка низа застежки блузки. Обработка воротника. Соединение воротника с горловиной. Разметка и обработка петель. Обработка рукавов. Обработка нижнего среза рукава. Совмещение высших точек оката рукава и проймы. Распределение посадки. Прикрепление, вметывание, втачивание рукава. Утюжка, складывание по стандарту изделия.

### **5.92—5.97 Пошив блузки**

**Изделие.** Выкройка халата с отложным воротником, притачным подбортом и длинным рукавом на манжете. Выкройка подборта. Выкройка манжеты. Выкройка отложного воротника.

**Теоретические сведения.** Общее представление о получении нетканых материалов. Фасоны халатов: назначение, ткани для пошива. Нетканые материалы. Особенности изготовления выкройки халата на основе платья. Виды манжет. Ворот и подборт. Подборт: виды и назначение.

**Практические работы.** Выбор и описание фасона. Изготовление выкройки халата, отложного воротника, подборта и манжеты. Раскладка выкройки на ткани с учетом рисунка и припусков на швы. Раскрой деталей изделия. Прокладывание копировальных стежков.

#### **Обработка бортов подбортами в легком женском платье**

швейной машины: виды (слабая строчка, петляет сверху, петляет снизу), исправление.

Сравнение хлопчатобумажных, льняных, шерстяных и шелковых тканей по технологическим свойствам. Способы соединения манжеты с длинным рукавом.

**Умение.** Регулировка швейной машины.

**Упражнения.** Соединение манжеты с длинным рукавом на образце.

**Практические работы.** Сметывание и примерка халата. Исправление обнаруженных дефектов. Обработка вытачек. Стачивание боковых и плечевых срезов. Обработка полборта. Обработка и соединение воротника с горловиной путем вкладывания его между полочкой и подбортом. Обработка борта подбортом: накладывание и приметывание подборта на борт полочки лицевой стороной внутрь, обтачивание по полочке от надсечки по длине борта, внизу - по линии подгиба. Подрезание ткани в углах халата. Отгибание подборта наизнанку, выметывание на участке отворотов до первой петли со стороны полочки и от первой петли до подборта. Обработка рукава и соединение его с проймой.

### **6. Кейс «Как это устроено?»**

6.98 Изучение основ визуализации в программе Fusion 360, настройки параметров сцены. Визуализация трёхмерной модели космической станции

6.99 Изучение функции, формы, эргономики, материала, технологии изготовления, принципа функционирования промышленного изделия.

6.100 Формирование команд. Выбор промышленного изделия для дальнейшего изучения. Анализ формообразования и эргономики промышленного изделия.

6.101 -6.103 Изучение принципа функционирования промышленного изделия. Разбор промышленного изделия на отдельные детали и составные элементы. Изучение внутреннего устройства.

6.104-6.105 Подробная фотофиксация деталей и элементов промышленного изделия.

6.106-6.108 Подготовка материалов для презентации проекта (фото- и видеоматериалы).

Создание презентации. Презентация результатов исследования перед аудиторией.

- 1.1 Введение: демонстрация и диалог на тему устройства различных механизмов и их применения в жизнедеятельности человека.
- 1.2 Сборка выбранного на прошлом занятии механизма с использованием инструкции из набора и при минимальной помощи наставника.
- 1.3 Демонстрация работы собранных механизмов и комментарии принципа их работы. Сессия вопросов-ответов, комментарии наставника.
- 1.4 Введение в метод мозгового штурма. Сессия мозгового штурма с генерацией идей устройств, решающих насущную проблему, в основе которых лежит принцип работы выбранного механизма.
- 1.5 Отбираем идеи, фиксируем в ручных эскизах.
- 1.6 3D-моделирование объекта во Fusion 360.
- 1.7 3D-моделирование объекта во Fusion 360, сборка материалов для презентации.
- 1.8 Выбор и присвоение модели материалов. Настройка сцены. Рендеринг.
- 1.9 Сборка презентации в Readymag, подготовка защиты.
- 1.10 Защита командами проектов.

№	Тема занятий	Кол-во час	Дата	План	Факт
	<b>Кейс «Объект из будущего»</b>	7			
1	Анализ формообразования промышленного изделия	1			
2	Введение. Методики формирования идей	1			
3	Урок рисования (перспектива, линия, штриховка)	1			
4	Создание прототипа объекта промышленного дизайна	1			
5	Урок рисования (способы передачи объёма, светотень)	1			
6	Знакомство с планом работы кружка. ТБ при работе в кабинете обслуживающего труда.	1			
7	Личная гигиена во время приготовления пищи. Гигиена приготовления пищи. Организационные мероприятия	1			
	<b>Традиционная русская кухня</b>	25			
8	История русской кухни	1			
9	Беседа «Из чего состоит наша пища?»	1			
10	История этикета. Значение этикета в жизни	1			

	человека	
	сообщения учащихся	
11	Овощи. Значение овощей в жизни человека. Традиционные блюда из овощей. нарисовать в рабочих тетрадях овощи, наиболее часто употребляемые в семье	1
12	Квашение капусты	1
13	Рецепты. Правила. Польза квашеной капусты	1
14	Последовательность приготовления и украшения блюда. Правила подачи блюда	1
15	Значение каши в рационе человека записать в тетради рецепт своей любимой каши	1
16	Дегустация. Оценка качества.	1
17	Приготовление пшенной каши с мёдом. Правила приготовления, последовательность	1
18	Приготовление рисовой каши.	1
19	Приготовление овсяной каши.	1
20	Оценка работы, дегустация.	1
21	Крупеник гречневый с творогом	1
22	Блины. История возникновения. записать в тетради рецепты домашних блинов	1
23	Чаепитие, дегустация.	1
24	Блинчики «Золотистые»	1
25	Особенности приготовления, дегустация, обсуждение.	1
26	Блинчики «Закусочные»	1
27	Правила приготовления, дегустация, оценка качества.	1
28	Национальные русские супы.	1
29	Классификация и характеристика	1
30	Горячие супы - щи Записать в рабочие тетради рецепты домашних щей	1
31	Холодные супы. Что к ним относится?	1
32	Приготовление окрошки постной из разностей	1
	<b>Русская православная кухня</b>	8
33	Беседа «Откуда есть и пошла кухня русская, православная». сообщения учащихся	1
34	Приготовление картофельной запеканки с грибами	1
35	Правила приготовления, дегустация, оценка качества.	1
36	Секреты приготовления, дегустация, оценка качества.	1
37	Приготовление домашнего киселя. Способы.	1
38	Чай. История появления чая в России Найти пословицы и поговорки о чае	1
39	Выпечка православного кулича. рецепты мамы	1
40	Сервировка стола	1
	<b>Маникюр</b>	9

41	История маникюра. Санитарные нормы.	1
42	Материаловедение. Об орудование и инструменты.	1
43	Стили и техники дизайна маникюра.	1
44	Строение ногтей. Значение питания для здорового роста ногтей.	1
45	Косметические дефекты ногтей и кожи.	1
46	Виды маникюрных работ	1
47	Техники и технологии маникюрных работ.	1
48	Выбор формы ногтей, моделирование свободного края ногтя.	1
49	Теория и технология покрытия ногтей гель- лаками.	1
	<b>Покрытие ногтей гель-лаком</b>	4
50	Виды базовых покрытий, топов, цветных гель- лаков.	1
51	Обработка ногтевой пластины перед покрытием.	1
52	Порытие базой, цветом, топом.	1
53	Снятие предыдущего покрытия.	1
	<b>Наращивание ногтей</b>	3
54	Виды наращивания ногтей. Материалы для наращивания.	1
55	Полигелевое наращивание ногтей.	1
56	Коррекция наращенных ногтей.	1
	<b>Роспись ногтей</b>	4
57	Вензеля (роспись гель красками).	1
58	Геометрия (роспись гель красками).	1
59	Лепестки, цветы, бабочки, сердца.	1
60	Роспись акварельными красками.	1
	<b>Аппликация</b>	6
61	Теория и технология работы с фольгой и поталью.	1
62	Теория и технология работы со стразами и бульонками.	1
63	Теория и технология работы с глиттером и втиркой.	1
64	Стемпинг.	1
65	Теория и технология работы с наклейками и слайдерами.	1
66	Теория и технология работы с комифубиками и пайетками.	1
	<b>Техника переплетения лаков</b>	3
67	Градиент кистью и аэропуфингом.	1
68	Техника дизайна «по мокрому».	1
69	Техника переплетения лаков в сочетании с аппликацией и прорисовкой.	1
	<b>Френч дизайн</b>	4
70	Френч маникюр классический.	1
71	Френч дизайн.	1

72	Лунный маникюр. Заключение	1
73	Подготовка к конкурсу на лучший дизайн на типсе. Проведение конкурса ( <i>подведение итогов</i> )	1
	<b>Современное моделирование и конструирование</b>	<b>24</b>
74	Уход за швейной машиной. П.р. Чистка и смазка швейной машины. Разборка и сборка челночного комплекта. П.р. Определение тканей из натурального и искусственного шёлка.	1
75	Свойства тканей из синтетических и смешанных волокон.	1
76	Подготовка ткани к раскрою и раскрой	1
77	Стиль в одежде и мода.	1
78	Силуэт в одежде	1
79	Фасоны плечевых изделий.	1
80	Изготовление блузок.	1
81	Снятие мерок и построение чертежа основы прямой блузки.	1
82	Построение чертежа основы прямой блузки в масштабе 1:4.	1
83	П.р. Построение чертежа основы прямой блузки в натуральную величину.	1
84	Моделирование блузок на основе выкройки прямой блузки.	1
85	П.р. Изменение выкройки основы прямой блузки с помощью перемещения нагрудной вытачки.	1
86	Раскрой и пошив прямой блузки без рукавов и воротника. П.р. Подготовка ткани к раскрою, раскладка деталей выкройки блузки на ткани и раскрой.	1
87	Раскрой и пошив прямой блузки без рукавов и воротника. П.р. Подготовка ткани к раскрою, раскладка деталей выкройки блузки на ткани и раскрой.	1
88	П.р. Подготовка деталей кроя блузки к обработке.	1
89	П.р. Подготовка блузки к примерки.	1
90	П.р. Проведение примерки блузки.	1
91	Практические работы по пошиву прямой блузки без рукавов и воротника (технологическая карта).	1
92	Пошив блузки. Практическая работа	1
93	Пошив блузки. Практическая работа	1
94	Пошив блузки. Практическая работа	1
95	Пошив блузки. Практическая работа	1
96	Пошив блузки. Практическая работа	1
97	Пошив блузки. Практическая работа	1
	<b>Кейс «Как это устроено?»</b>	<b>11</b>
98	Основы визуализации в программе Fusion 360	1

99	Кейс «Как это устроено?»	1
100	Изучение функции, формы, эргономик промышленного изделия	1
101	Изучение устройства и принципа функционирования промышленного изделия	1
102	Фотофиксация элементов промышленного изделия	1
103	Подготовка материалов для презентации проекта	1
104	Создание презентации	1
105	Введение: демонстрация механизмов, диалог	1
106	Мозговой штурм	1
107	Создание презентации, подготовка защиты Генерирование идей по улучшению промышленного изделия	1
108	Создание презентации, подготовка защиты	1

№	Тема занятий	Дата	План	Факт
	<b>Вводное занятие-2ч</b>			
1	Знакомство с планом работы кружка. ТБ при работе в кабинете обслуживающего труда.			
2	Личная гигиена во время приготовления пищи. Гигиена приготовления пищи. Организационные мероприятия			
	<b>II.Традиционная русская кухня</b>			
3	История русской кухни			
4	Беседа «Из чего состоит наша пища?»			
5	История этикета. Значение этикета в жизни человека сообщения учащихся			
6	Овощи. Значение овощей в жизни человека. Традиционные блюда из овощей.			

	нарисовать в рабочих тетрадях овощи, наиболее часто употребляемые в семье			
7	Квашение капусты			
8	Рецепты. Правила. Польза квашеной капусты			
9	Последовательность приготовления и украшения блюда. Правила подачи блюда			
10	Значение каши в рационе человека записать в тетради рецепт своей любимой каши			
11	Дегустация. Оценка качества.			
12	Приготовление пшенной каши с мёдом. Правила приготовления, последовательность			
13	Приготовление рисовой каши.			
14	Приготовление овсяной каши.			
15	Оценка работы, дегустация.			
16	Крупеник гречневый с творогом			
17	Блины. История возникновения. записать в тетради рецепты домашних блинов			
18	Чаепитие, дегустация.			
19	Блинчики «Золотистые»			
20	Особенности приготовления, дегустация, обсуждение.			
21	Блинчики «Закусочные»			
22	Правила приготовления, дегустация, оценка качества.			
23	Национальные русские супы.			
24	Классификация и характеристика			
25	Горячие супы - щи Записать в рабочие тетради рецепты домашних щей			
26	Холодные супы. Что к ним относится?			
27	Приготовление окрошки постной из разностей			
	<b>3.Русская православная кухня - 8 ч</b>			
28	Беседа «Откуда есть и пошла кухня русская, православная». сообщения учащихся			
29	Приготовление картофельной запеканки с грибами			
30	Правила приготовления, дегустация, оценка качества.			
31	Секреты приготовления, дегустация, оценка качества.			
32	Приготовление домашнего киселя. Способы.			
33	Чай. История появления чая в России Найти пословицы и поговорки о чае			
34	Выпечка православного кулича. рецепты мамы			
35	Рецепты. Способы. Правила.			
	<b>Введение-3</b>			
36	История маникюра. Санитарные нормы.			
37	Материаловедение. Оборудование и инструменты.			
38	Стили и техники дизайна маникюра.			
	<b>Физиология ногтей и кожи рук.-2</b>			

39	Строение ногтей. Значение питания для здорового роста ногтей.			
40	Косметические дефекты ногтей и кожи.			
41	<b>Виды маникюрных работ-3</b>			
42	Техники и технологии маникюрных работ.			
43	Выбор формы ногтей, моделирование свободного края ногтя.			
44	Теория и технология покрытия ногтей гель-лаками.			
	<b>Покрытие ногтей гель-лаком-4</b>			
45	Виды базовых покрытий, топов, цветных гель-лаков.			
46	Обработка ногтевой пластины перед покрытием.			
47	Порытие базой, цветом, топом.			
48	Снятие предыдущего покрытия.			
	<b>Наращивание ногтей-3</b>			
49	Виды наращивания ногтей. Материалы для наращивания.			
50	Полигелевое наращивание ногтей.			
51	Коррекция наращенных ногтей.			
	<b>Роспись ногтей-4</b>			
52	Вензеля (роспись гель красками).			
53	Геометрия (роспись гель красками).			
54	Лепестки, цветы, бабочки, сердца.			
55	Роспись акварельными красками.			
	<b>Аппликация-6</b>			
56	Теория и технология работы с фольгой и поталью.			
57	Теория и технология работы со стразами и бульонками.			
58	Теория и технология работы с глиттером и втиркой.			
59	Стемпинг.			
60	Теория и технология работы с наклейками и слайдерами.			
61	Теория и технология работы с комифубиками и пайетками.			
	<b>Техника переплетения лаков-3</b>			
62	Градиент кистью и аэропуфингом.			
63	Техника дизайна «по мокрому».			
64	Техника переплетения лаков в сочетании с аппликацией и прорисовкой.			
	<b>Френч дизайн-3</b>			
65	Френч маникюр классический.			
66	Френч дизайн.			
67	Лунный маникюр.			
	<b>Заключение-1</b>			
68	Подготовка к конкурсу на лучший дизайн на типсе. Проведение конкурса ( <i>подведение итогов</i> )			
	<b>Современное моделирование и конструирование-19</b>			
69	Уход за швейной машиной. П.р. Чистка и смазка швейной машины. Разборка и сборка челночного комплекта. П.р. Определение тканей из натурального и искусственного шёлка.			

70	Свойства тканей из синтетических и смешанных волокон.			
71	Подготовка ткани к раскрою и раскрой			
72	Стиль в одежде и мода.			
73	Силуэт в одежде			
74	Фасоны плечевых изделий.			
75	Изготовление блузок.			
76	Снятие мерок и построение чертежа основы прямой блузки.			
77	Построение чертежа основы прямой блузки в масштабе 1:4.			
78	П.р. Построение чертежа основы прямой блузки в натуральную величину.			
79	Моделирование блузок на основе выкройки прямой блузки.			
80	П.р. Изменение выкройки основы прямой блузки с помощью перемещения нагрудной вытачки.			
81	Раскрой и пошив прямой блузки без рукавов и воротника. П.р. Подготовка ткани к раскрою, раскладка деталей выкройки блузки на ткани и раскрой.			
82	Раскрой и пошив прямой блузки без рукавов и воротника. П.р. Подготовка ткани к раскрою, раскладка деталей выкройки блузки на ткани и раскрой.			
83	П.р. Подготовка деталей кроя блузки к обработке.			
84	П.р. Подготовка блузки к примерки.			
85	П.р. Проведение примерки блузки.			
86	Практические работы по пошиву прямой блузки без рукавов и воротника (технологическая карта).			
87	Пошив блузки.Практическая работа			
88	Пошив блузки.Практическая работа			
89	Пошив блузки. Практическая работа			
90	Пошив блузки. Практическая работа			
91	Пошив блузки. Практическая работа			
92	Пошив блузки.Практическая работа			
	<b>Кейс «Объект из будущего»</b>			
93	Введение. Методики формирования идей			
94	Урок рисования (перспектива, линия, штриховка)			
95	Создание прототипа объекта промышленного дизайна			
96	Урок рисования (способы передачи объёма, светотень)			
	<b>Кейс «Как это устроено?»</b>			
97	Изучение функции, формы, эргономики промышленного изделия			
98	Изучение устройства и принципа функционирования промышленного изделия			
99	Фотофиксация элементов промышленного изделия			
100	Подготовка материалов для презентации проекта			
102	Создание презентации			
103	<b>Кейс «Механическое устройство»</b>			

104	Введение: демонстрация механизмов, диалог			
105	Сборка механизмов из набора LEGO Education «Технология и физика»			
106	Демонстрация механизмов, сессия вопросов-ответов			
107	Мозговой штурм			
108	Выбор идей. Эскизирование, 3D-моделирование.			

#### 1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа обеспечивает достижение следующих результатов освоения программы дополнительного образования

##### **Личностные результаты:**

- критическое отношение к информации и избирательность её восприятия;
- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий;
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий проблемного и эвристического характера, внимательности, настойчивости, целеустремлённости, умения преодолевать трудности, самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- навыки ухода за кожей рук и ногтей;
- технологию выполнения маникюра;
- последовательное покрытие ногтевой пластины гель-лаком;
- современные материалы и средства для маникюра;
- основы росписи на ногтях;
- терминологию, необходимую в маникюрном деле;

##### **Планируемые метапредметные результаты:**

- самостоятельно создавать дизайны;
- планировать свою деятельность, пошагово выстраивать ее цепочку;
- правильно сочетать цвета в дизайне;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять коммуникативные навыки: правилам общения при работе в группе, сотрудничать и оказывать взаимопомощь, уважительно строить своё общение со сверстниками и взрослыми.

##### **Планируемые личностные результаты:**

- организовывать и содержать свое рабочее место в порядке;
- делиться своими впечатлениями, размышлениями;
- проявлять такие качества, как: аккуратность, трудолюбие, терпение, усидчивость, умение довести начатое дело до конца; силу воли, уверенность в себе и своих возможностях; бережливость (экономичный подход к материалу, рациональному его использованию).

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве с другими обучающимися.

### Метапредметные задачи:

#### Формировать:

- умения осуществлять рефлексивную деятельность;
- эмоциональную отзывчивость;
- коммуникативные умения и навыки.

#### Развивать:

- художественный вкус;
- потребность в творческой деятельности;
- приобщение к здоровому образу жизни.

#### Создать:

- условия для самореализации обучающихся.

### Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение принимать и сохранять учебную задачу, планировать последовательность шагов алгоритма для достижения цели, ставить цель (создание творческой работы), планировать достижение этой цели, умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- способность адекватно воспринимать оценку наставника и других обучающихся;
- умение различать способ и результат действия, вносить коррективы в действия в случае расхождения результата решения задачи на основе её оценки и учёта характера сделанных ошибок;
- умение в сотрудничестве ставить новые учебные задачи;
- способность проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение осваивать способы решения проблем творческого характера в жизненных ситуациях, оценивать получающийся творческий продукт и соотносить его с изначальным замыслом, выполнять по необходимости коррекции либо продукта, либо замысла.

### Познавательные универсальные учебные действия:

- умение осуществлять поиск информации в индивидуальных информационных архивах обучающегося, информационной среде образовательного учреждения, федеральных хранилищах информационных образовательных ресурсов, использовать средства информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных, познавательных и творческих задач;
- умение ориентироваться в разнообразии способов решения задач, осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков, проводить сравнение,

классификацию по заданным критериям, строить логические рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, устанавливать аналогии, причинно-следственные умение моделировать, преобразовывать объект из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта (пространственно-графическая или знаково-символическая), умение синтезировать, составлять целое из частей, в том числе самостоятельно достраивать с восполнением недостающих компонентов.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение аргументировать свою точку зрения на выбор оснований и критериев при выделении признаков, сравнении и классификации объектов, выслушивать собеседника и вести диалог;
- способность признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого иметь свою;
- умение планировать учебное сотрудничество с наставником и другими обучающимися: определять цели, функции участников, способы взаимодействия, осуществлять постановку вопросов: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- умение разрешать конфликты: выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владение монологической и диалогической формами речи.

**Предметные результаты**

В результате освоения программы обучающиеся должны

знать:

- правила безопасности и охраны труда при работе с учебным оборудованием.

уметь:

- применять на практике методики генерирования идей; методы дизайн-анализа и дизайн-исследования;
- анализировать формообразование промышленных изделий;
- строить изображения предметов по правилам линейной перспективы;
- передавать с помощью света характер, форму, умение моделировать, преобразовывать объект из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта (пространственно-графическая или знаково-символическая), умение синтезировать, составлять целое из частей, в том числе самостоятельно достраивать с восполнением недостающих компонентов.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение аргументировать свою точку зрения на выбор оснований и критериев при выделении признаков, сравнении и классификации объектов, выслушивать собеседника и вести диалог;
- способность признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого иметь свою;
- умение планировать учебное сотрудничество с наставником и другими обучающимися: определять цели, функции участников, способы взаимодействия, осуществлять постановку вопросов: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- умение разрешать конфликты: выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владение монологической и диалогической формами речи

получать представления о влиянии цвета на восприятие формы объектов дизайна;

- применять навыки формообразования, использования объёмов в дизайне (макеты из бумаги, картона);
- работать с программами трёхмерной графики (Fusion 360);
- описывать технологическое решение с помощью текста, рисунков, графического изображения;
- анализировать возможные технологические решения, определять их достоинства и недостатки в контексте заданной ситуации;
- оценивать условия применимости технологии, в том числе с позиций экологической защищённости;
- выявлять и формулировать проблему, требующую технологического решения;
- модифицировать имеющиеся продукты в соответствии с ситуацией/заказом/потребностью/задачей деятельности;
- оценивать коммерческий потенциал продукта и/или технологии;
- проводить оценку и испытание полученного продукта;
- представлять свой проект.

владеть:

- научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами проектирования, конструирования, моделирования, макетирования, прототипирования в области промышленного (индустриального) дизайна.

Структура и содержание планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования адекватно отражают требования Стандарта, передают специфику образовательного процесса, соответствуют возрастным возможностям обучающихся.

Тематическое планирование по кружку «Проектный дизайн» составлено с учетом рабочей программы воспитания. Внесены темы, обеспечивающие реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся через дополнительное образование:

- развитие ценностного отношения к семье как главной опоре в жизни человека;
- развитие ценностного отношения к природе, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- развитие ценностного отношения к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение и музыка, искусство и театр, творческое самовыражение;
- развитие ценностного отношения к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения;
- развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.
- развитие ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;

- развитие ценностного отношения к своему отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- развитие ценностного отношения к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- развитие ценностного отношения к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- приобретение опыта дел, направленных на заботу о своей семье, родных и близких;
- приобретение опыта природоохранных дел;
- получение опыта самостоятельного приобретения новых знаний, проведения научных исследований, опыта проектной деятельности;
- приобрести опыт ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;
- приобрести опыт оказания помощи окружающим, заботы о малышах или пожилых людях, волонтерский опыт;
- приобрести опыт самопознания и самоанализа, опыт социально приемлемого самовыражения и самореализации

## **I. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### 1.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных часов на освоение программы: 108 академических часов. Учебный график обучения рассчитан на 36 учебных недель. Занятия по программе проводятся с 15 сентября по 31 мая, включая каникулярное время, кроме зимних каникул (праздничных дней)

Занятия проводятся в соответствии с календарно-учебным графиком.

### ПРИЛОЖЕНИЕ

### 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Материально-технические условия.** Для эффективной реализации программы необходима материально-техническая база:

1. Центр образования естественно-научной и технологической направленности «Точка роста»

2. Учебный кабинет, соответствующий требованиям: -СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (температура 18-21 градус Цельсия; влажность воздуха в пределах 40-60 %, мебель, соответствующая возрастным особенностям детей 14-18 лет); Для реализации программы

- Оборудование и материалы:
- компьютер;
- цифровая лаборатория;
- медиапроектор;

- измерительные приборы;
- швейное оборудование
- маникюрные столы, оборудование
- электрическая печка, микроволновка, блендер, холодильник

В качестве методических материалов применяются различные публикации по технологии (см. Список литературы), методических разработок и планов конспектов занятий; методических указаний и рекомендаций к практическим занятиям.

**Информационное обеспечение:** методические разработки по всем темам, сценарии проведения мероприятий, интернет-источники, схемы.

**Кадровое обеспечение.** Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Проектный дизайн» реализует учитель технологии, имеющий дополнительное образование по программам повышения квалификации «Кванториум» и «Точка роста»: учителя технологии».

### 2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

**Формы аттестации/контроля** – разрабатываются и обосновываются для определения результативности усвоения программы, отражают цели и задачи программы, перечисляются согласно учебно-тематическому плану (Тестирование, беседа)

Наиболее подходящая форма оценки – является тестирование.

В течение всего периода обучения педагог ведет индивидуальное наблюдение за творческим развитием каждого обучаемого.

Механизм оценки результатов освоения программы.

Контроль знаний, умений и навыков учащихся проводится 3 раза в учебный год. Входящий контроль: с 15 по 25 сентября.

Промежуточная аттестация с 20 по 26 декабря.

Итоговая аттестация с 12 по 19 мая.

Контроль УУД учащихся проводится в следующих формах: контрольное занятие, итоговое занятие.

Методы контроля: опрос, наблюдение, обсуждение, анализ, самоконтроль, взаимоконтроль, оценивание, индивидуальный контроль, собеседование, тестирование.

Диагностирование с помощью тестовых заданий позволяет получить наиболее полную картину усвоения программного материала. Тестовые задания, где представлены различные варианты ответов, лучше способствуют возможности ребенка применить свои умения и знания, так как содержат элемент игры и вызывают меньше стрессовых ситуаций.

Тестирование проводится в условиях занятия. Все обучающиеся выполняют задания одновременно. Форма выполнения – индивидуальная. Перед проведением тестирования проводится инструктаж по выполнению заданий. Максимальное время выполнения заданий – 45 минут.

Определены критерии и разработаны показатели, которые позволяют по всем параметрам оценить уровень усвоения образовательной программы.

**Итоговый (промежуточная, стартовая, итоговая аттестации):**

1. Приготовление блюд
2. Изготовление воротника
3. Маникюр

Программа «Проектный дизайн» не предполагает каких-либо специальных зачетных или экзаменационных часов. Текущий контроль осуществляется в течение всего курса обучения в различных формах. Основные

формы подведения итогов и оценка результатов обучения: конкурсы; семинары; практическая работа; участие в олимпиадах и интеллектуальных марафонах; смотр знаний и т.д.

Промежуточная аттестация проводится как оценка результатов обучения за год и включает в себя проверку теоретических знаний, практических умений и навыков. Итоговая аттестация воспитанников проводится по окончании обучения по дополнительной образовательной программе.

Результаты итоговой аттестации обучающихся должны оцениваться таким образом, чтобы можно было определить:

- насколько достигнуты прогнозируемые результаты дополнительной образовательной программы каждым обучающимся;
- полноту выполнения дополнительной образовательной программы;
- результативность самостоятельной деятельности обучающегося в течение всех годов обучения.

Параметры подведения итогов:

- количество воспитанников (%), полностью освоивших дополнительную образовательную программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу;
- причины не освоения детьми образовательной программы;
- необходимость коррекции программы. Критерии оценки результативности.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

- высокий уровень – обучающийся освоил практически весь объем знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;
- средний уровень – у обучающегося объем усвоенных знаний составляет 70-50%; сочетает специальную терминологию с бытовой;
- низкий уровень – обучающийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

- высокий уровень – обучающийся овладел на 100-80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества;
- средний уровень – у обучающегося объем усвоенных умений и навыков составляет 70-50%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;
- низкий уровень - ребенок овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков;
- ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

При обучении по программе учащиеся постоянно соприкасаются со сферой становления личности обучающихся (выбор цели, достижение успеха, стремление найти понимание с ровесниками, взрослыми, улучшение взаимоотношений с родителями, изживание подростковых комплексов неполноценности). Основной принцип контроля – сравнение результатов учащегося с его собственными, предыдущими результатами от темы к теме, от года к году.

## 2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### Спецификация педагогических измерительных материалов по программе «Проектный дизайн»

**2.2 Назначение** – проведение промежуточной аттестации обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Проектный дизайн» в форме творческого проекта. Определение уровня (степени) достижения планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Проектный дизайн».

## 2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методика обучения предполагает доступность излагаемой информации для возраста обучающихся, что достигается за счёт наглядности и неразрывной связи с практическими занятиями. Формы занятий определяются направленностями программы и её особенностями. Программа включает как теоретические и практические занятия в учебных кабинетах.

**Формы организации учебного занятия.** Подача теоретического материала осуществляется в форме проведения традиционных и комбинированных занятий, лекций с одновременным показом иллюстраций, видеоматериалов, презентаций, практических работ. Подача практического материала осуществляется в форме индивидуально-групповых самостоятельных работ, практических занятий.

Для достижения цели и задач программы предусматриваются современные педагогические и информационные **технологии**:

- игровые технологии;
- проектная технология;
- технология проблемного обучения;
- здоровьесберегающие технологии;
- ИКТ-технологии;
- технология развития критического мышления;
- технология развивающего обучения;
- групповые технологии;
- технологии уровневой дифференциации.

В период обучения для проведения образовательной деятельности используются следующие **методы**:

объяснительно-иллюстративный (обязательная теоретическая часть, работа с иллюстративными материалами, составление практических заданий);

проблемный (проблемное изложение материала при изучении вопросов экологии, научной этики, при анализе перспективных направлений развития науки);

практический (обязательные практические работы на каждом занятии);

деятельностный (введение индивидуальных заданий и самостоятельной работы с литературой, участие обучающихся в конференциях и экскурсиях).

**Методические и дидактические материалы:**

- методические разработки по темам;
- наличие наглядного материала;
- наличие демонстрационного материала;
- видеofilьмы;

- раздаточный материал;
- информационные карточки.
- дидактические карточки;

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **Список рекомендуемой литературы для педагога.**

1. Адриан Шонесси. Как стать дизайнером, не продав душу дьяволу / Питер.
2. Фил Кливер. Чему вас не научат в дизайн-школе / Рипол Классик.
3. Майкл Джанда. Сожги своё портфолио! То, чему не учат в дизайнерских школах / Питер.
4. Жанна Лидтка, Тим Огилви. Думай как дизайнер. Дизайн-мышление для менеджеров / Манн, Иванов и Фербер.
5. Андонова, Н. И. Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания : учебник / Н. И. Андонова ; Т. А. Качурина. Москва : Академия, 2018. – 256 с.
6. Андросов, В. П. Производственное обучение профессии «повар» : учебное пособие. В 2ч. Ч. 1 / [Андросов Виктор Петрович и др]. – Москва : Академия, 2013. – 208 с.
7. Андросов, В. П. Производственное обучение профессии «повар» : учебное пособие. В 2ч. Ч. 2 / [Андросов Виктор Петрович и др]. – Москва : Академия, 2013. – 202 с.
8. Анфимова, Н. А. Кулинария : учебник / Н. А. Анфимова. – Москва : Академия, 2013. – 400 с.
9. Барушников, Ю. М. Охрана труда в пищевой промышленности, общественном питании и торговле : учебное пособие / Ю. М. Барушников ; А. С. Максимов. Москва : Академия, 2012. – 320 с.
10. Бурчакова, И. Ю. Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания : учебник / И. Ю. Бурчакова ; С.В. Ермилова. – Москва : Академия, 2018. – 384 с.

### **Контрольно-оценочные средства**

Программа предполагает постепенное расширение знаний и их углубление, а также приобретение умений в области проектирования, конструирования и изготовления прототипа продукта.

Занятия предполагают развитие личности:

- развитие интеллектуального потенциала обучающегося (анализ, синтез, сравнение);
- развитие практических умений и навыков (эскизирование, 3D-моделирование, конструирование, макетирование, прототипирование, презентация).

Учебно-воспитательный процесс направлен на формирование и развитие у обучающихся таких важных социально значимых качеств, как готовность к нравственному самоопределению, стремление к сохранению и приумножению технических, культурных и исторических ценностей. Становление личности через творческое самовыражение.

