

О.В. КУДРЯ

**МЕТОДИКА ВИВЧЕННЯ
ОСНОВ КУЛІНАРІЇ НА УРОКАХ
ТРУДОВОГО НАВЧАННЯ**

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

Полтава 2020

УДК 641.5(072.3)

К88

Рекомендовано до друку Вченою радою Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка (протокол №10 від 6 квітня 2020 р.)

Рецензенти:

Цина А.Ю. – доктор педагогічних наук, професор

Павх С.П. – кандидат педагогічних наук, доцент

Кудря О.В.

К 88 Методика вивчення основ кулінарії на уроках трудового навчання : навч.-метод. посіб. / Полтав. нац. пед. ун-т імені В.Г. Короленка. – Полтава: Астрія, 2020. – 116 с.

У посібнику подано методичні поради до вивчення теоретичних відомостей з основ кулінарії: обладнання кухні, продукти харчування, асортимент традиційних страв української народної кухні, технологія приготування їжі, основи правильного харчування тощо. Приділено увагу методиці проведення практичних робіт та оцінюванню результатів практичної діяльності учнів. Розглянуто питання організації проектно-технологічної діяльності учнів.

Для працівників педагогічних навчальних закладів, загальноосвітніх шкіл та шкіл інших типів, студентів педагогічних вузів, педучилищ.

З М І С Т

Передмова	4
Розділ 1. ТЕМАТИКА ОСНОВ КУЛІНАРІЇ В ЗМІСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ «ТРУДОВЕ НАВЧАННЯ», 5-9 КЛАСИ	6
Розділ 2. МЕТОДИЧНІ ПОРАДИ ДО ВИВЧЕННЯ ТЕОРЕТИЧНИХ ВІДОМОСТЕЙ З КУЛІНАРІЇ	9
2.1. Обладнання кухні	10
2.2. Продукти харчування	13
2.3. Асортимент страв української народної кухні	18
2.4. Технологія приготування їжі	22
2.5. Основи правильного харчування	29
2.6. Санітарно-гігієнічні вимоги та правила безпечної праці	32
2.7. Організація робочих місць	34
2.8. Сервірування столу, культура поведінки за столом	35
Розділ 3. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ РОБІТ	38
3.1. Організація практичної діяльності учнів під час кулінарних робіт	38
3.2. Формування політехнічних та загальнотрудових умінь і навичок	42
3.3. Органолептичне дослідження приготованих страв	48
3.4. Оцінювання роботи учнів	53
Розділ 4. МЕТОДИЧНІ ПОРАДИ З ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ	56
4.1. Навчальне проектування на уроках з кулінарії	58
4.2. Творчий проект з сервірування кавового столу	69
Список використаної та рекомендованої літератури	92
Додаток . Орієнтовний перелік тем для вивчення української народної кухні у процесі гурткової роботи	100

ПЕРЕДМОВА

Матеріал, представлений у посібнику, містить методичні поради до вивчення осов кулінарії у 5-9 класах та прилучення учнів до здобутків такої важливої складової національної культури, як українська кухня.

У першому розділі посібника проаналізовано зміст навчальної програми «Трудове навчання» (5-9 класи), виокремлено об'єкти проектно-технологічної діяльності учнів та основні технології, що стосуються осов кулінарії.

У другому розділі посібника викладено методичні поради з вивчення обладнання кухні, традиційного для української кухні набору харчових продуктів, асортименту страв української народної кухні, технології приготування їжі, осов правильного харчування, санітарно-гігієнічних вимог та правил безпечної праці, організації робочих місць, сервірування столу та культури поведінки за столом. Методичні поради викладено для надання реальної допомоги вчителю трудового навчання у підготовці до проведення уроків з осов кулінарії та вивченні традицій української народної кухні.

У третьому розділі посібника викладено методику проведення практичних робіт. Розкрито питання організації практичної діяльності учнів під час кулінарних робіт, формування політехнічних та загальнотрудових умінь, навичок, здійснення органолептичного дослідження приготованих страв та їх оцінювання.

Четвертий розділ містить методичні поради з організації проектно-технологічної діяльності учнів на уроках з кулінарії. Подано перелік тем проектів та об'єктів проектування, наведено конкретні приклади виконання творчих проектів.

У додатках посібника подано для гурткової роботи орієнтовний перелік тем для вивчення української народної кухні та їх змістове теоретичне наповнення, види практичної діяльності, орієнтовний перелік об'єктів праці та навчальних проектів. Визначена тематика не обмежує ініціативу і творчий

підхід вчителя. Доцільним є врахування етнічних особливостей певного регіону України.

Даний посібник розрахований для використання вчителями і керівниками гуртків усіх типів загальноосвітніх навчальних закладів, студентами та викладачами вищих навчальних закладів, технікумів, училищ.

РОЗДІЛ 1.

ТЕМАТИКА ОСНОВ КУЛІНАРІЇ В ЗМІСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ «ТРУДОВЕ НАВЧАННЯ», 5-9 КЛАСИ

В умовах сьогодення трудова підготовка шкільної молоді спрямована на вирішення ряду завдань, спрямованих на розвиток і соціалізацію школярів, формування їхньої національної самосвідомості, загальної культури, світоглядних орієнтирів, екологічного стилю мислення і поведінки, творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів. Важливого значення набуває дієва підготовка учнів до самостійного життя і набуття ними корисних побутових навичок, пов'язаних із самообслуговуванням.

Зміст навчальної програми «Трудове навчання» (5-9 класи) орієнтовано на формування в учнів ключових і предметних компетентностей, які покликані наблизити процес трудового навчання до життєвих потреб учня, його інтересів та природних здібностей.

У навчальній програмі наведено: очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності учнів; орієнтовний перелік об'єктів проектно-технологічної діяльності учнів; перелік основних технологій

Орієнтовний перелік об'єктів проектно-технологічної діяльності учнів – це навчальні та творчі проекти учнів, які можна виконувати за допомогою будь-якої технології з представлених у змісті програми, з відповідним доббором конструкційних матеріалів, плануванням робіт, необхідних для створення виробу від творчого задуму до його практичної реалізації.

Виоркемимо об'єкти проектно-технологічної діяльності учнів та основні технології, що стосуються основ кулінарії (табл.1).

З наведеної нижче таблиці видно, що передбачається вивчення учнями 5-9 класів чотирьох основних технологій, що відносяться до основ кулінарії: 1) технологія приготування їжі; 2) технологія формування культури споживання

їжі; 3) технологія сервірування столу; 4) технологія виготовлення кондитерських виробів.

Таблиця 1

**Об'єкти проектно-технологічної діяльності учнів та основні технології:
кулінарне спрямування**

Клас	Орієнтовний перелік об'єктів проектно-технологічної діяльності учнів	Перелік основних технологій
<u>5 клас</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Гарячі напої; • Бутерброди; • Салати. • Завдання з елементами проектування, пов'язані із життєдіяльністю та самообслуговуванням учня: «Сервірування святкового столу». 	<ul style="list-style-type: none"> • Технологія приготування їжі; • Технологія формування культури споживання їжі; • Технологія сервірування столу.
<u>6 клас</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Гарячі напої; • Бутерброди; • Салати. 	<ul style="list-style-type: none"> • Технологія приготування їжі.
<u>7 клас</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Кондитерські вироби; • Гарніри; • Страви української кухні. 	<ul style="list-style-type: none"> • Технологія приготування їжі; • Технологія виготовлення кондитерських виробів.
<u>8 клас</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Кондитерські вироби; • Гарніри; • Страви української кухні. 	<ul style="list-style-type: none"> • Технологія приготування їжі; • Технологія виготовлення кондитерських виробів.

З наведеного вище видно, що у якості об'єктів праці передбачено використовувати, зокрема, і страви української кухні. Прилучення учнів до здобутків такої важливої складової національної культури, як українська кухня, забезпечує дієве включення підростаючого покоління у сферу духовних та матеріальних надбань українців минулого, що сприяє відродженню та збереженню культурної спадщини нашого народу.

Вивчення національної української системи харчування передбачає формування у школярів знань традиційних харчових продуктів, способів їх обробки та технологій приготування українських страв з них, режиму повсякденного харчування, асортименту щоденних, святкових і обрядових страв, звичаїв, пов'язаних з їх приготуванням та споживанням, харчових обмежень, заборон, переваг. Побудова навчального процесу на основі ознайомлення учнів з особливостями існування і діяльності своєї нації, самобутністю її культури, як духовної, так і матеріально-практичної, сприятиме вихованню у школярів почуття національної самосвідомості, поваги до свого народу, його історії, традицій.

РОЗДІЛ 2.

МЕТОДИЧНІ ПОРАДИ ДО ВИВЧЕННЯ ТЕОРЕТИЧНИХ ВІДОМОСТЕЙ З ОСНОВ КУЛІНАРІЇ

Виділимо окремі загальні теоретичні питання, які опануватимуть учні при вивченні основ кулінарії. Їх змістове наповнення може бути таким:

1. Обладнання кухні: обладнання сучасної домашньої кухні (обладнання, інструменти, пристосування, посуд для обробки харчових продуктів, столовий посуд для подавання страв до столу); обладнання кухні (цеху) на підприємствах громадського харчування; житловий простір оселі українців минулого, де готувалися страви та тримався кухонний посуд (вариста піч, мисник, хлібна лава, традиційний український посуд).

2. Відомості про продукти харчування: традиційний для української кухні набір харчових продуктів; залежність якості харчових продуктів від екологічного стану навколишнього середовища; споживча цінність, умови та способи зберігання харчових продуктів, методи визначення їх якості; лікувальні властивості харчових продуктів.

3. Українська народна кухня (історичний аспект): українська кухня та традиції, звичаї, обряди, що її супроводжують; асортимент традиційних страв національної кухні; класифікація страв (щоденні, святкові, обрядові); взаємозв'язок між народним календарем і українською кухнею.

4. Технології приготування страв: первинна обробка сировини, приготування порційних напівфабрикатів з різних продуктів, теплова обробка, естетичне оформлення страв, подача до столу готових страв та визначення їх смакових якостей.

5. Основи правильного харчування: основні складові культури харчування; культура споживання харчових продуктів; принципи раціонального харчування; енергетична цінність харчових продуктів; допустимість поєднання різних груп харчових продуктів; меню, його значення в повноцінному харчуванні.

6. Санітарно-гігієнічні вимоги: правила утримання кухонного обладнання, інвентарю, посуду; правила особистої гігієни; санітарно-гігієнічні вимоги до технології приготування страв; термін та умови зберігання готових страв.

7. Правила безпеки праці: при роботі з газовими чи електроплитами, нагрівальними пристроями; при роботі з гарячим посудом та рідинами; при роботі з ріжучими та колючими інструментами.

8. Організація робочого місця: правила організації робочого місця, розміщення інвентарю, посуду, продуктів.

9. Сервірування столу: сервірування чайного столу, столу до сніданку, обіду, вечері (за народними традиціями і сучасне).

10. Правила поведінки за столом, правила користування столовими приборами.

Усі питання теоретичного матеріалу знаходять своє відображення на кожному уроці з основ кулінарії. Їх змістове наповнення дещо конкретизується згідно з виучуваними групами харчових продуктів та переліком передбачених для практичної діяльності об'єктів праці.

2.1. Обладнання кухні

Обробка харчових продуктів та приготування з них кулінарних страв проводиться у спеціально обладнаному приміщенні – кухні. Повноцінне виконання учнями практичної роботи передбачає їх обізнаність з обладнанням, інструментами, пристосуваннями, посудом, без яких сам процес приготування страв неможливий.

Зі свого життєвого досвіду учні вже знайомі з обладнанням кухні. Основним завданням вчителя є систематизація та узагальнення цих знань: коротка розповідь про призначення обладнання, інструментів, пристосувань, принципів їх розміщення. Так, при вивченні певної групи харчових продуктів вчитель пояснює якими інструментами, пристосуваннями, обладнанням

користуються при виконанні первинної та теплової обробки продуктів, що входять до цієї групи.

Екскурсії на підприємства громадського харчування спонукають до проведення учнями порівняльного аналізу обладнання домашньої кухні та кухні (цеху) даного підприємства. З метою формування уявлення про переваги ручної і механізованої праці, учням пропонують провести порівняння технологічних операцій, які проводяться вручну та за допомогою спеціального обладнання (наприклад, очищення картоплі вручну і за допомогою картоплеочисних машин). У процесі спостереження учні діходять висновку, що за один і той же термін часу виконується різний об'єм роботи. На основі цього формуються знання про продуктивність праці та норму часу.

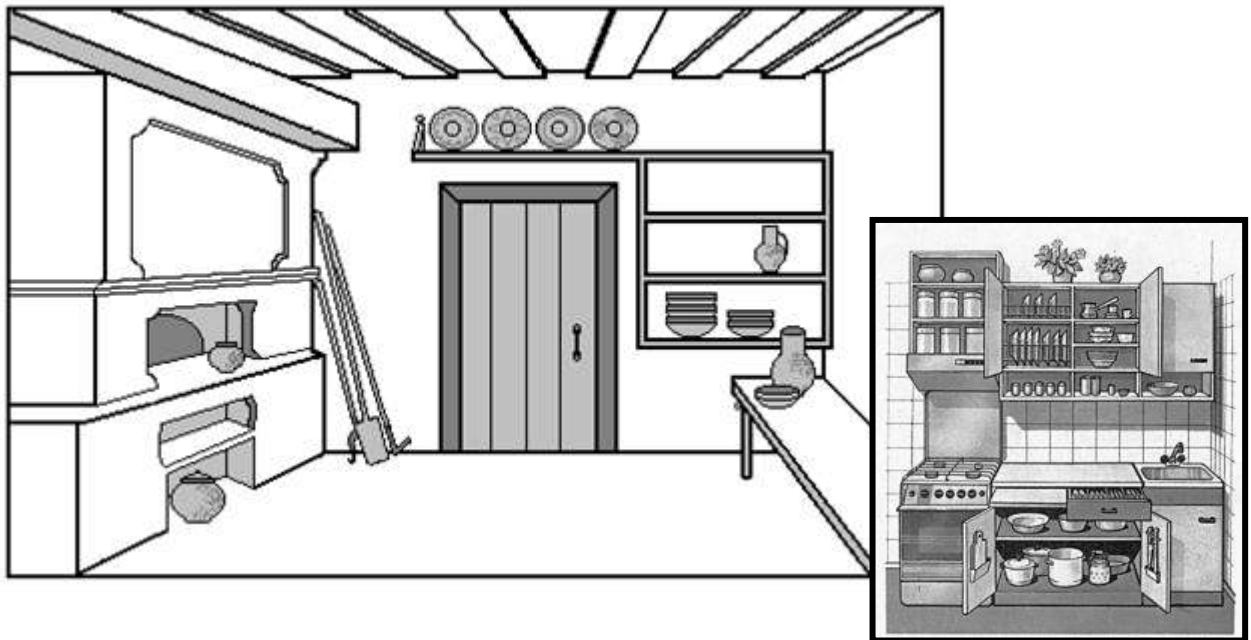
Відродження традицій української системи харчування передбачає ознайомлення учнів з основним місцем діяльності господині минулих часів. Особлива увага зосереджується на характеристиці житлового простору, де готувалися страви та тримався кухонний посуд, начиння, а також – простору, де споживалася їжа, проходили родинні обіди та святкові частування.

Ознайомлення з робочою зоною починають з повідомлення про те, що тут українська жінка замішувала та випікала хліб, готувала для родини обід, зберігала у миснику посуд. Характеристику житлового простору, де готувалися страви та тримався кухонний посуд, супроводжують демонстрацією репродукцій, малюнків, на яких зображено внутрішнє облаштування оселі чи, наприклад, плакату “Фрагмент інтер'єру сільської хати з мисником (Полтавщина, ХІХ ст.). Інтер'єр сучасної кухні” (мал. 1):

Розгляд предметів, що входили до робочої зони, уможлиблює ознайомлення учнів з такими предметними словами, як “піч”, “мисник”, “ложник”, “хлібна лава”, “хлібна діжа”, “рогач” тощо.

У процесі демонстрації традиційного українського посуду розповідають про його призначення, зосереджують увагу учнів на тих видах народних промислів, завдяки яким він виготовлений. Наприклад, розглядаючи групу

посуду, виготовленого з глини (горщики, миски, полумиски, глечики, макітри тощо) вчитель зауважує, що вид даного промислу називався гончарством.



Мал 1. Варіант оформлення плакату: “Фрагмент інтер’єру сільської хати з мисником (Полтавщина, ХІХ ст.). Інтер’єр сучасної кухні”

Ознайомлення з обрядовою зоною як важливим місцем єднання сім’ї (під час родинних обідів, святкових частувань, сімейних свят тощо) починають з розкриття поняття “покуть”. Це святий, почесний кут, що знаходився по діагоналі від печі. У ньому розміщували ікони, які прикрашали вишитими рушниками. На основі розповіді вчителя учні усвідомлюють, що покуть для українського селянина був, як зауважує В.Скуратівський, “вогнищем духовного самоочищення, святилищем родовідних звичаїв та обрядів, оскільки тут проходило майже все життя людини – від народин і до смерті”. На підтвердження цього дітям розповідають про деякі народні звичаї, пов’язані з покутем, про їх символічне значення.

Такий виклад навчального матеріалу дає учням зрозуміти, що народне житло було цікаве і оригінальне за внутрішнім облаштуванням, оскільки кожна річ, предмет у ньому, крім свого практичного, мали ще й свій духовний образ.

Завдяки цьому хата для українського селянина ставала всім: і храмом, і рідним краєм, і батьківщиною, і матір'ю.

Зрозуміти, наблизитися до світогляду українців минулого допоможе розкриття символічного значення обладнання, предметів, що знаходяться в інтер'єрі української хати, та виявлення характеру ставлення до нього наших предків. Це яскраво висвітлює поетичність душі українців, глибину духовності українського народу.

Ознайомлення з побутом українців сприяє й естетичному розвитку учнів, оскільки у процесі викладу матеріалу розкривається не тільки практичне призначення ужиткових предметів, речей, але й їх естетичне значення. Вчитель на прикладі демонструє види народного ужиткового мистецтва – розписаний традиційний український посуд, оздоблені різьбою ополоники, ложки, мисник, розписану піч, хліб на вишитому рушникові. Учитель підводить учнів до розуміння того, що оздоблення, декорування оселі, предметів кухонного вжитку не вступає у протиріччя з їх утилітарною формою, а знаходиться з нею у тісному зв'язку, що вказує на високорозвинені естетичні смаки наших предків. Таке знайомство з побутом, матеріальною культурою українців найдоцільніше організовувати в умовах експозицій краєзнавчого музею.

Отже ознайомлення учнів з обладнанням сучасної домашньої кухні, обладнанням кухні (цеху) на підприємствах громадського харчування, житловим простором оселі українців минулого, де готувалися страви та тримався кухонний посуд, допомагає створити цілісне уявлення про робоче місце господині сучасного та минулого, а також про обладнання робочих місць працівників підприємств громадського харчування.

2.2. Продукти харчування

При вивченні основ кудінарії школярів ознайомлюють з різними групами харчових продуктів. Основними з них є такі: овочі, фрукти, крупи,

борошно, яйця, молочні продукти, м'ясні і рибні продукти. У процесі навчання в учнів формують знання про:

- 1) особливості отримання харчових продуктів;
- 2) умови та способи зберігання харчових продуктів ;
- 3) методи визначення якості харчових продуктів;
- 4) лікувальні властивості окремих харчових продуктів.

Ознайомлення учнів з традиційним для української кухні набором харчових продуктів доцільно розпочати з розкриття поняття “господарська основа харчування”. Доцільність акцентування уваги учнів на даному питанні обґрунтовуємо тим фактом, що харчування українців формувалося у значній залежності від природно-географічних умов і зумовлених ними напрямів господарської діяльності.

Так, наприклад, повідомляючи про особливості вирощування зернових культур, вчитель наголошує на природно-географічних умовах (помірний клімат, родючі чорноземи), що сприяли розвитку хліборобства, розповідає про пов'язані з цим напрямом господарської діяльності трудові обряди – засівання, обжинки. Такий виклад навчального матеріалу дає можливість показати учням розглядувані питання у їх логічному взаємозв'язку, що має безпосередній вплив на формування в учнів так званого “інстинкту місцевості”.

На необхідності розвитку у дітей “інстинкту місцевості” наголошував ще К.Ушинський. Поняття “інстинкт місцевості” проявляється у розумінні дітьми взаємозумовленості природних процесів, уміння бачити місцевість в цілому, з усіма особливостями її природи, життя населення, господарського розвитку. Це забезпечує розуміння причинно-наслідкових зв'язків і впливає на розвиток світобачення учнів. Крім того, ознайомлення учнів з господарською основою харчування, з особливостями ставлення українців до природи взагалі сприятиме формуванню екологічної культури: дослідженню дітьми довкілля, що оточує їх життєвий простір, більш уважному ставленню до природного середовища, як важливого фактора, без якого саме існування людини неможливе. Виклад

навчального матеріалу у такій послідовності дає можливість показати розглядувані питання у їх логічному взаємозв'язку.

Формування в учнів знань *про умови зберігання харчових продуктів* передбачає звернення до основ наук. У процесі уроків учні отримують інформацію про те, що при зберіганні у харчових продуктах відбуваються фізичні, хімічні, біохімічні, біологічні процеси. Перед поясненням сутності цих процесів вчитель з'ясовує чи розуміють учні причини, що викликають зміни у продуктах. У процесі бесіди він підводить учнів до розуміння того, що недотримання умов зберігання харчових продуктів призводить до їх передчасного псування, погіршення якості.

Для підтримки пізнавальної активності учнів під час опанування ними даного навчального матеріалу доцільним є поставлене проблемне питання: “Чим зумовлені відмінності у зберіганні різних продуктів?” Учні повинні дійти логічного висновку, що відмінність умов зберігання продуктів ґрунтується на специфіці їх властивостей.

Робота з харчовими продуктами неможлива без сформованості в учнів знань *про якість харчових продуктів*, про методи її визначення. Вчитель доводить до відома школярів, що якість харчових продуктів визначається органолептичним і лабораторними методами.

На уроках учні користуються органолептичним методом, сутність якого полягає у визначенні якості продуктів за допомогою органів чуття. Вчитель пояснює, який саме смак, запах, колір, консистенція притаманні якісним продуктам розглядуваної групи. Не дозіоляється учням визначати якість сирих продуктів на смак, оскільки це може стати причиною харчового отруєння. Учні, спираючись на отримані відомості, визначають якість продуктів за зовнішніми ознаками.

Важливим питанням, висвітлення якого передбачено у навчальному процесі, є *обробка продуктів для подальшого їх зберігання*. Пояснення особливостей створення харчових запасів для приготування страв може включати розгляд давніх та сучасних способів зберігання продуктів

харчування. Вчитель відмічає, що до наших днів використовуються такі традиційні для української кухні способи зберігання продуктів, як соління, квашення, сушіння, в'ялення тощо, а до порівняно нових способів консервування належать стерилізація, пастеризація.

У зв'язку з тим, що в умовах сьогодення більшою популярністю користуються сучасні способи консервування (завдяки довшому терміну зберігання оброблених продуктів), учні можуть не приділити належної уваги традиційним способам зберігання продуктів. З метою запобігання виникненню такої ситуації вчитель розкриває роль різних способів консервування з точки зору збереження харчової цінності оброблених продуктів та їх корисності для організму людини. У даному випадку також можна змоделювати проблемну ситуацію, поставивши учням ряд питань, які б сприяли аналізу, порівнянню таких, наприклад, способів консервування, як стерилізація і квашення, висвітленню позитивних і негативних моментів: строків і умов зберігання, рівня знешкодження оброблених продуктів та збереження їх харчової цінності. Така організація навчання сприятиме розвитку в учнів процесів логічного мислення.

В основі вивчення харчових продуктів місцевого походження належне місце має зайняти ознайомлення з їх лікувальними властивостями. Вчитель підводить учнів до думки про можливість використання продуктів харчування не тільки як важливого джерела поживних речовин для організму людини, але і як лікувальних засобів проти хвороб.

Під час проведення актуалізації опорних знань, учні, спираючись на свій життєвий досвід, можуть розповісти про лікувальний вплив деяких харчових продуктів на організм людини. Але враховуючи те, що в умовах сьогодення дорослі віддають перевагу фармацевтичним лікувальним препаратам, можемо припустити, що рівень знань учнів з даної проблеми досить низький.

Поглиблення знань учнів у цій галузі можливе через виконання ними таких творчих завдань, як підготовка рефератів, оформлення плакатів-повідомлень з даної тематики. У процесі пошукової роботи учні знаходять

відомості про широке використання у народній медицині городніх та зернових культур (часнику, цибулі, хрону, редьки, картоплі, маку, буряка, капусти, ячменю, гречки, вівса, жита). Самостійна робота з відповідною літературою є важливим методичним прийомом виховання в учнів поваги до надбань українців в галузі народної медицини, в якій акумульовано багатовіковий досвід народу) та формування системи поглядів на шляхи оздоровлення організму людини, поглибить міжпредметні зв'язки з навчальними предметами – ботанікою, валеологією, доккіллям, народознавством.

При вивченні певної групи харчових продуктів є можливість розкриття символічного значення тих чи інших слів. Так, при вивченні продуктів рослинного походження розповідають про символічне значення калини, м'яти, маку, яблук, часнику, гороху, гарбуза, хлібного зерна, а при вивченні продуктів тваринного походження - символічне значення зайця, кози, курки, півня тощо.

Вивчення українських символів, символічного значення певних слів має вагомий виховний вплив. У символах відбита свідомість українців, відображена національна психологія. Пояснення образного значення наведених вище слів у процесі формування знань традиційних харчових продуктів сприяє усвідомленню учнями краси, багатства, глибини українського слова.

З метою підвищення виховного впливу уроків навчальний матеріал наповнюють зразками усної народної творчості, у багатьох з яких відбито побут українців, традиції, звичаї в галузі харчування. Наприклад, вивчаючи технологію обробки овочів та особливості приготування страв з них, учні ознайомлювалися з прислів'ями, приказками, співомовками типу “Горох та капуста – хата не пуста”, “Добрий борщик, та малий горщик” тощо, в тематиці яких згадується овочевий продукт, вихваляється та чи інша страва з овочів. В усній народній творчості зосереджена мудрість минулих поколінь, відображена історія народу, прослідковуються моральні цінності українців, відбито їх світогляд, сформульовано віковий досвід у різних сферах життєдіяльності.

Більш ефективний вплив усної народної творчості на особистість учнів прослідковується за умови активного залучення школярів до самостійної пошукової роботи, у ході якої передбачається не тільки робота з літературними джерелами, але і спілкування зі старшим поколінням. Віднайдені таким чином приказки, пісні, співомовки, прислів'я засвоюються учнями більш глибоко, усвідомлено.

2.3. Асортимент страв української народної кухні

Ознайомлення учнів з особливостями української системи харчування починають з розкриття класифікації страв в українській кухні. Вчитель дає інформацію про щоденні та святкові страви, повідомляє про обряди, традиції, звичаї, що тісно пов'язані ними, розкриває сутність поняття “обрядові страви”.

На уроках учні, готуючи страви української народної кухні, ознайомлюються з традиційними їх назвами. Отже, словник школярів поповнюється новими словами: куліш, пампушки, деруни, крученики, пряженя, накладанці, печеня, січеники, душенина, завиванці тощо.

Залучення відомостей з народознавства, наведення цікавих прикладів з літературних джерел збуджує увагу учнів.

Таким прикладом можуть бути уривки з поеми І.П.Котляревського “Енеїда”, завдяки яким учні ознайомляться з асортиментом, назвами українських страв:

*“Тут їли різніі потрави,
І все з полив'яних мисок,
І самі гарнії приправи
З нових кленових тарілок;
Свинячу голову до хрину
І локшину на перемену,
Потім з підливою індик;
На закуску куліш і кашу.
Лемішку, зубці, пупрю, квашу
І з маком медовий шулик.
П'ять казанів стояли юшки,*

*А в чотирьох були галушки,
Борщу було трохи не з шість,
Баранів тьма була варених,
Курей, гусей, качок печених...*

.....
*І ласощі все тільки їли.
Сластьони, коржики, стовпці,
Вареники пшеничні, білі,
Пухкі з кав'яром буханці;*

.....
*Був борщ до шпундрів з буряками,
А в юшці потрох з галушками,
Потім до соку каплуни;
З потрібка баба-шарпанина,
Печена з часником свинина,
Крохналь, який їдять пани”*

При ознайомленні з певною групою харчових продуктів учні отримують відомості про асортимент традиційних українських страв, які можна приготувати з даних продуктів.

Звернемося до змісту теми, пов'язаної з приготуванням страв з крупів. На цьому уроці є можливість дати вичерпні відомості про традиційну страву Свят-вечора – кутю і побіжно розповісти про саме релігійне свято. Важливим мотиваційним моментом є повідомлення про те, що вперше названа страва згадується на початку дванадцятого століття, оскільки записи про неї знайдені в літописному джерелі “Повість минулих літ”. Це підведе учнів до розуміння того, що традиції українців у галузі харчування сягають у далеку минувшину і, існуючи стільки століть, не заслуговують на ігнорування сучасним населенням України.

Ознайомлення з релігійним святом (у даному випадку – Свят-вечором) можливо здійснити у такому напрямі:

- 1) назва свята, дата;
- 2) релігійний зміст свята;
- 3) перелік традиційних свят-вечірніх страв, їх символіка;
- 4) висвітлення обрядової ролі куті;

- 5) значення у свят-вечірній трапезі оформлення обрядового столу, інтер'єру;
- 6) особливості споживання свят-вечірніх страв, прикмети;
- 7) колядування як давній звичай зимових обходів із використанням величально-поздоровчих пісень (колядок);
- 8) звичай носити вечерю хрещеним батькам.

Розгляд у навчальному процесі такого питання, як “хліб та вироби з тіста в українській обрядовості”, дозволяє розкрити учням роль хліба у житті населення України та особливо широко ознайомити з назвами обрядових печених виробів.

У процесі пояснення, розповіді вчителем розкривається символічне навантаження обрядових печених виробів, яке вони несли у певних звичаях, обрядах, сімейних та календарних святах. У даному випадку свою розповідь вчитель супроводжує показом муляжів обрядових виробів з тіста, репродукцій, тематичних плакатів. Такий виклад навчального матеріалу сприяє збагаченню українського лексикону учнів, формуванню у них знань про українську культуру, традиції.

Можливим варіантом оформлення плакату “Обрядові печені вироби з тіста” є такий:



Підтримування в учнів стійкого інтересу до традицій, звичаїв, обрядів українського народу допомагає їм глибше осмислювати навчальний матеріал, робити морально-етичні висновки.

Багато страв традиційної української кухні побутують і в наш час. Достатньо популярними й на сьогодні є обрядові страви і печиво до родинних та календарних свят (коровай, калачі, “пара”, кутя, паска, коржі з маком та ін.). Кращі набутки національної української кухні – борщ із пампушками, вареники, галушки та багато інших є символами-репрезентантами народної матеріальної культури українців.

Однак в обрядовій їжі послаблюється чи зовсім втрачається релігійно-магічна символіка, в той же час посилюється естетична й розважальна функції. Тож на порядку денному стоїть завдання прилучення підростаючого покоління до надбань даної сфери діяльності українців минулого, щоб набути віками не втрачено, адже це наша культурна спадщина, традиційна українська культура, що впродовж багатьох століть творилася в народному середовищі, передавалася від покоління до покоління.

Одним із шляхів розв’язання даного завдання є залучення учнів до пошукової роботи. Зокрема, вчитель пропонує їм побути у ролі етнографів: звернувшись до старшого покоління, розпитати про традиції, звичаї та повір’я, пов’язані з харчуванням, здоров’ям, життям, зібрати та письмово зафіксувати рецепти українських народних страв, що побутували у минулому, відтворити технологію їх приготування на уроках. Такий вид діяльності акумулює вагомий виховний потенціал, оскільки молодь прилучається до культурних здобутків минулих поколінь, осягає світогляд українців минулого як систему поглядів (переконань, принципів, ідеалів) на світ, природу і місце людини в цьому світі.

2.4. Технологія приготування їжі

Технологія приготування страв – єдиний, цілісний процес, розкриття сутності якого включає розгляд таких питань: первинна обробка сировини і

приготування напівфабрикатів, теплова обробка продуктів, рецептури і технології приготування страв, оформлення страв, подача до столу готових страв та визначення їх смакових якостей.

Формування в учнів знань про первинну та теплову обробку харчових продуктів спрямоване на вивчення основних елементів технології приготування кулінарних страв. У процесі уроків учні ознайомлюються з послідовністю виконання таких технологічних операцій:

- сортування, миття, чищення, тощо (види первинної обробки);
- нарізання, шпигування, виготовлення напівфабрикатів з січеної маси, панірування тощо (технологічні операції приготування напівфабрикатів);
- варіння, смаження, тушкування, пасерування, бланшування, припускання тощо (види теплової обробки).

При роботі з харчовими продуктами в учнів формуються такі поняття, як “сировина”, “напівфабрикати”, “кулінарна страва”. Крім того, вивчення технології обробки харчових продуктів створює сприятливі умови для формування знань про зміст роботи працівників підприємств харчової промисловості.

Ознайомлення учнів з технологією обробки харчових продуктів вимагає особливо широкого використання ілюстративного матеріалу - схем, малюнків, таблиць, плакатів, діафільмів, презентацій тощо.

З метою формування знань про певний вид *первинної обробки харчових продуктів* виклад навчального матеріалу проводять у такій послідовності:

- а) розкривають мету розглядуваного способу первинної обробки;
- б) пояснюють сутність та особливості його виконання у залежності від властивостей оброблюваних продуктів;
- в) демонструють прийоми користування відповідними інструментами, пристосуваннями.

У такій же послідовності розглядаються і технологічні операції, що відносяться до процесу *приготування напівфабрикатів*.

Перед безпосереднім ознайомленням з видами теплової обробки харчових продуктів вчитель пояснює, що тепла обробка не тільки сприяє кращому засвоєнню організмом людини приготованої їжі, знешкоджує мікроби оброблені продукти, але і супроводжується втратами у продуктах поживних речовин.

При розкритті сутності кожного виду теплової обробки харчових продуктів увагу учнів зосереджують на таких поняттях, як режим і час виконання теплової обробки, оскільки, як показує практика, учні досить часто порушують умови теплової обробки продуктів. Тому вчитель науково обгрунтовує необхідність суворого дотримання режиму і часу теплової обробки харчових продуктів.

У даному випадку він пояснює, що тепла обробка спричинює хімічні зміни у продуктах, що недотримання режиму і часу призводить до руйнування деяких смакових, ароматичних, поживних речовин, продукти набувають специфічного смаку і запаху, стають непридатними для вживання. Така логіка викладу навчального матеріалу забезпечує усвідомлене його сприйняття учнями.

У процесі формування в учнів знань з технології приготування їжі вчитель звертає їх увагу на той факт, що вирішальну роль у забезпеченні високої якості страв відіграє своєчасне визначення смаку (як у процесі приготування страв, так і в момент їх готовності), а також виправлення смаку у міру потреби. Така інформація є мотивацією для опанування учнями правил проведення дегустування їжі та особливостей визначення її смаку.

Заключним процесом приготування будь-якої страви є її оформлення та подавання до столу. Діяльність, в процесі якої в учнів формуються знання та вміння *оформлення приготованих страв*, є важливою, оскільки вона містить естетичний компонент.

У процесі занять вчитель розкриває основні закономірності естетичного оформлення страв. Учні усвідомлюють, що зовнішній вигляд страви, її колір, консистенція і форма відіграють велику роль у збудженні апетиту. При

оформленні страви школярі вчаться сполучати продукти за кольором, смаком та формою і величиною нарізання.

Активізації мисленнєвої діяльності учнів сприятимуть зроблені окремими учнями стислі повідомлення пізнавального характеру, що супроводжуватимуть приготовані страви. Тематика таких повідомлень може бути різною: “Виготовлення декоративних елементів для оздоблення страв”, “Естетика в оформленні українських страв у минулому та сучасному” тощо.

Формування знань про особливості подавання певної страви до столу відбувається на основі надання інформації про те, яким чином і в якому посуді вона подається до столу, які столові прибори є необхідними при її споживанні.

Знання про *технологічну послідовність приготування страв як цілісний процес* важливо почати формувати в учнів з самого початку опанування ними основ кулінарії.

Наприклад, при вивченні технології приготування бутербродів вчитель організовує колективне планування роботи. Зауважимо, що на момент початку опанування основ кулінарії учні вже мають уявлення про технологічний процес приготування деяких нескладних страв, гарячих напоїв. Тому при актуалізації опорних знань вчитель звертається до життєвого досвіду учнів: організовує колективне визначення послідовності виконання операцій у процесі приготування бутербродів та з’ясовує разом з учнями, який посуд, інструменти, пристосування, обладнання використовується при цьому.

Крім того, зазначена тема завдяки своєму змісту та передбаченим об’єктам праці дає можливість залучення школярів до планування трудового процесу та його здійснення кожним учнем індивідуально.

Загальновідомо, що у колективних обговореннях різних питань лише незначна частина учнів бере активну участь, тоді як інші займають пасивну позицію. Враховуючи цей факт, колективне визначення послідовності виконання технологічних операцій можна супроводжувати евристичною бесідою. Акцентування уваги учнів на питаннях типу “Чим пояснюється популярність приготування бутербродів до щоденного та святкового столу”,

“Різноманітність харчових компонентів, що можуть входити до складу бутербродів”, “Варіанти оздоблення комбінованих бутербродів” значно підвищить активність школярів.

Результатом колективної діяльності є складена на дошці інструкційно-технологічна карта. Завдяки такій організації навчання учні дістають уявлення про планування трудового процесу.

Для забезпечення ж реалізації та закріплення у ході перебігу практичної діяльності спланованого технологічного процесу учням надається можливість індивідуальної трудової діяльності з виготовлення об’єкта праці за вибором (бутерброди, накладанці, грінки, канапки, потапці). Тобто кожним учнем самостійно виконується увесь технологічний процес приготування даної холодної закуски від початку й до кінця.

З метою свідомого засвоєння учнями знань рецептури та технології приготування кулінарних страв використовують ілюстровані інструкційно-технологічні карти, варіант оформлення яких може бути таким (мал. 2).

Під час користування такими інструкційно-технологічними картками (особливо на початковому етапі) відбувається перекодування образів діяльності від понятійного до образного і навпаки, що забезпечує розвиток мислинневих процесів.

Виділення в інструкційно-технологічній карті основних етапів технологічного процесу приготування страви забезпечує усвідомлене його засвоєння. Крім того, естетично оформлені, вони створюють мотивацію до діяльності.

Використання у навчальному процесі таких інструкційно-технологічних карток створює сприятливі передумови для розвитку самостійності учнів, оскільки дане дидактичне забезпечення характеризується інформаційною ємкістю і дозволяє учням виявляти більшу міру самостійності при виконанні практичної роботи.

ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА

Найменування страви: "БАБКА З ЯЄЦЬ"



Сировина:

- яєць 8 шт.;
- вершкове масло 2 ст.л.;
- борошно 1 ст.л.;
- вершки 1 скл.;
- солі ½ ч.л.

Обладнання, інструменти, посуд:

- духовна шафа;
- ніж;
- миска;
- форма;
- столовий посуд і прибори.

Технологія приготування

1. Первинна обробка продуктів.

Перевірити свіжість яєць; помити сирі яйця.
Просіяти борошно.

2. Приготування напівфабрикатів.

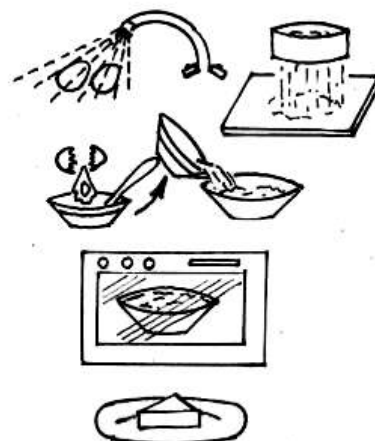
Розтерти яйця з маслом, додати борошно і сіль, розвести вершками.
Перелити отриману масу у форму, змащену маслом.

3. Теплова обробка продуктів.

Поставити каструлю з яєчною масою запікатися.
Вийняти, коли маса підніметься у духовій шафі врівень з краями форми, інакше бабка осяде.

4. Оформлення страви.

На стіл подати бабку з яєць у формі, розрізати на порційні куски, викласти їх на м'якій тарілці



Контроль за готовністю страви

Бабка з яєць готова, коли маса підніметься у духовій шафі врівень з краями форми.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пишна, підсмажена зверху і знизу.

Колір: жовтий.

Запах: властивий запеченій яєчній масі.

Смак: характерний для запеченої яєчної маси.

Консистенція: м'яка, соковита, пишна.

Мал.2. Зразок оформлення інструкційно-технологічної карти

При проведенні занять значну увагу приділяють формуванню в учнів естетичної свідомості, розвитку здатності відчувати і цінувати красу в усьому. Учням важливо пояснити, що приготування кулінарних страв - це не лише навчальна діяльність, а справжнє мистецтво.

Об'єктами праці на уроках можуть бути національні українські страви. Вчитель добирає їх, враховуючи регіональні особливості української кухні.

Як правило, до рецептури будь-якої страви входять, крім виучуваних, ще й інші харчові продукти. Тому при доборі для практичних робіт об'єктів праці важливо враховувати дидактичні принципи систематичності і послідовності, а також дидактичне правило про перехід від простого до складного.

Це означає, що, по-перше, у рецептуру обраної страви повинні бути включені лише продукти, з якими учні вже ознайомилися на минулих уроках, а по-друге, складність технології приготування обраних страв не повинна перевищувати допустимих меж, тобто мають враховуватися вікові особливості учнів та реальне обладнання кухні.

При введенні обраних страв у навчальний процес вчитель може зіткнутися з такою проблемою: деякі продукти, зазначені у рецептурі страви, вивчалися рік чи два роки тому. У такій ситуації постає необхідність актуалізації опорних знань учнів про технологічні особливості обробки цих продуктів. Але це може зайняти багато часу.






Для вирішення даної проблеми можна виготовити набір карток на всі групи харчових продуктів, за яким учні можуть самостійно відтворити набуті раніше знання про особливості виконання технологічної обробки тих чи інших продуктів. Зразок картки наведено нижче (мал.3).

У ній міститься інформація про послідовність первинної обробки харчового продукту, про особливості приготування напівфабрикатів та їх кулінарне використання.

Відмітимо, що міра самостійності учнів при такій організації навчальної діяльності поступово зростатиме.

Картка: Первинна обробка картоплі та приготування напівфабрикатів

Первинна обробка картоплі

 Посортувати картоплю, видалити зіпсовані екземпляри	 Обмити картоплю	 Обчистити картоплю жолобковим ножом, кінчиком ножа вирізати “очки”	 Промити обчищену картоплю	 При недовготривалому зберіганні опустити обчищену картоплю в посуд з холодною водою
--	--	---	---	--

Приготування напівфабрикатів

Форма нарізання	Розмір, см	Кулінарне використання
Соломка 	Квадратний переріз 0,2x0,2 Довжина 4-5	Для смаження у фритюрі, на гарнір до порціонних страв з філе птиці і м'яса
Брусочки 	Квадратний переріз 0,1x0,1 Довжина 4-5	Для смаження у фритюрі, на гарнір до порціонних страв з м'яса і риби, для супів з макаронними виробами
Часточки 	Довжина ребра 1-2,5	Для борщів, юшок овочевих, з крупами, картопляних, смажена основним способом і у фритюрі
Кружальця 	Діаметр 2-3 Товщина 0,2-0,3	Для смаження основним способом і у фритюрі, для запікання страв з риби
Кубики 	Довжина до 5	Для юшок картопляної, з крупами і овочевих, для борщів флотського і полтавського, картоплі тушкованої, рагу овочевого
Скибочки 	Довжина 2,5-3 Товщина 0,3-0,5 Довжина 1-1,5 Товщина 0,3-0,5	Сира й варена – для смаження основним способом на гарнір до смажених страв із м'яса і риби; варена – на гарнір до запеченої яловичини. Варена для салатів, окрошок
Бочечки, груші, кульки, горішки 	Довжина 3,5-4x6 Горішки діаметром 1,5x2,5 Кульки, горішки діаметром 1-1,5	Варена на гарнір до оселедців натуральних, до відварених і припущених страв з риби. Для гарнірів до холодних і гарячих страв
Стружка 	Довжина 15-25 Товщина 0,3	Для гарнірів до других м'ясних страв

Мал.3. Зразок оформлення карти

Унаочнення уроків робить процес навчання легким, цікавим, творчим, доступним. На уроках вчитель використовує різнопланову наочність: плакати, стенди, таблиці, схеми, малюнки, інструкційно-технологічні карти, кольорові буклети, яскраво ілюстровані книги з рецептурою страв національної кухні, муляжі страв, зразки традиційного українського посуду, альбоми з ілюстраціями естетично оформлених страв, кіно- та діафільми, презентації.

Використання наочності повинно бути обґрунтованим і не стояти на заваді розвитку просторового та логічного мислення учнів.

2.5. Основи правильного харчування

Мистецтво приготування страв як галузь діяльності найбільше пов'язана з життям: правильно приготовані і спожиті страви є суттєвим фактором, що має безпосередній і постійний вплив на здоров'я людини, її самопочуття, настрої, працездатність.

Навчання учнів основам кулінарії дозволяє ознайомити їх з особливостями харчування українців минулого (харчовими обмеженнями, заборонами, перевагами в українській кухні), розкрити сутність сучасних систем харчування (вегетаріанство, свіжоїдіння, сироїдіння, роздільне харчування, енергетичне харчування, макробіотика та ін.), провести порівняльний аналіз їх вихідних положень з основними положеннями української системи харчування. Це підкреслить її раціональність, вагомість матеріальних і духовних надбань, що стоять врівень з найкращими надбаннями людства в даній сфері діяльності.

Ознайомлення учнів з *концепцією збалансованого харчування*, передбачає розкриття сутності збалансованого харчування: це постачання організму людини оптимальною кількістю усіх поживних речовин у певних співвідношеннях для забезпечення його життєдіяльності та повноцінного засвоєння їжі.

Зацікавлення в учнів викликає *проблематика режиму харчування*. При підготовці до розгляду даного питання учнів залучають до самостійної роботи – опрацювання літератури з народознавства, що дозволяє ознайомитись з особливостями режиму харчування українців минулого.

Підготовлені учнями на основі опрацювання літературних джерел доповіді супроводжуються поясненням вчителя стосовно того, що традиції харчування у минулому склалися з врахуванням режиму робочого дня та фізичного навантаження, а здатність людини до праці обумовлювалася в основному м'язовою силою, відтворення витрат якої вимагало відповідного харчування. У процесі розповіді вчитель звертається до таких фактів: наприкінці ХІХ століття українські селяни харчувалися тричі на день (сніданок, обід, вечеря), але в гарячі весняно-літні польові дні був ще й підвечірок; сучасна людина виключила з прадавніх звичаїв корисне – пости, залишивши шкідливе – переїдання, яке не відповідає фізичним затратам, набагато перевищує їх. На основі даної інформації учні приходять до висновку, що традиції харчування у минулому були раціональними, але в сьогоденні умовах при організації харчування треба враховувати реальні витрати енергії.

У процесі навчання учнів основам кулінарії вчитель розкриває сутність правильного режиму харчування як одного з принципів раціонального харчування.

Вагомий вплив на усвідомлення учнями важливості правильного харчування для збереження здоров'я має організація зустрічей з медиками, дієтологами, які можуть розкрити важливі аспекти у питанні харчування, відомі переважно спеціалістам цієї сфери діяльності.

Важливим є і звернення у процесі занять до народної медицини.

У контексті даної проблематики учнів залучають до обговорення вислову, що належить Гіппократу: “Нехай ваша їжа буде ліками, а ліки – їжею”. У процесі бесіди школярі висловлюють цілком логічні припущення стосовно того, що особливості харчування впливають на стан здоров'я людини, покращити який можна за рахунок правильного харчування.

Одним з основних завдань у практиці технології кулінарного процесу є збереження в їжі поживних речовин, оскільки саме від їх достатнього вмісту та надходження в організм залежить стан здоров'я людини. Тому розгляд питань технологічної обробки харчових продуктів включає висвітлення раціональних методів, прийомів первинної та теплової обробки продуктів. Так, у процесі приготування кулінарних страв вчитель зосереджує увагу учнів на вивченні способів зменшення втрат поживних речовин при кулінарній обробці продуктів, збереження їх харчової цінності.

Що стосується набору харчових продуктів для приготування страв, то учням повідомляють такий науково доведений факт: людині бажано харчуватися переважно продуктами, які характерні для даної пори року і вирости в тій місцевості, де вона проживає, оскільки її організм пристосовується до звичного типу харчування і раптове введення нових продуктів може призвести до порушення обміну речовин.

У процесі навчання в учнів формують знання основних правил складання меню. Підґрунтям для цього є вивчене школярами питання про поживні речовини в харчових продуктах та їх вплив на організм людини. Учні вже знають: треба дбати про те, щоб їжа містила всі необхідні для організму людини поживні речовини – білки, жири, вуглеводи, вітаміни, мінеральні речовини, а також потрібні калорії.

Методом бесіди вчитель доводить до відома учнів основні правила, яких дотримуються при складанні меню: врахування, в яких саме продуктах і в якій кількості має потребу той чи інший член сім'ї (залежно від виконуваної роботи та віку); правильне чергування страв протягом дня (сніданок, обід, вечеря); складання меню з урахуванням різноманітності страв за кольором, смаком, формою і консистенцією; різноманітність не тільки страв, а й продуктів, з яких їх готують; врахування сезонності.

Дана інформація подається у тісному зв'язку з традиціями української кухні, особливостями харчування українців у минулому. При такому викладі навчального матеріалу учні усвідомлюють, що народна кулінарна мудрість

враховує основні вимоги щодо раціонального харчування людини: українська народна кухня створювалася протягом багатьох віків, з глибокої давнини славилася великою різноманітністю страв і їх високими смаковими й поживними якостями.

Активізації пізнавальної діяльності учнів сприяє виконання творчих завдань, варіантами яких є такі види робіт: створення реклами на тему “Здоровий спосіб життя” саме у аспекті культури харчування; “Здорова родина” – складання меню на добу з урахуванням основ правильного харчування тощо. Застосування отриманих знань у нових умовах при вирішенні нестандартних навчальних завдань забезпечує реалізацію учнями творчих здібностей, вияв ними більшої міри самостійності.

Залучають учнів і до пошукової роботи. Їм пропонують побути у ролі етнографів: звернутись до старшого покоління, розпитати про звичаї та повір'я, пов'язані з харчуванням, здоров'ям, життям. Такий вид діяльності акумулює вагомий виховний потенціал, оскільки молодь прилучається до культурних здобутків минулих поколінь, осягає світогляд українців як систему поглядів (переконань, принципів, ідеалів) на світ, природу і місце людини в цьому світі.

2.6. Санітарно-гігієнічні вимоги та правила безпечної праці

Не менш важливим є формування в учнів знань санітарно-гігієнічних вимог до утримання приміщення і обладнання, до приготування та зберігання кулінарних страв.

У процесі навчання учнів основам технології приготування кулінарних страв особлива увага приділяється проблемам профілактичної освіти. У ході уроків учнів ознайомлюють з характеристиками доброякісності харчових продуктів та санітарно-гігієнічними вимогами, яких слід дотримуватись при кулінарних роботах, щоб уникнути харчових отруєнь.

Вагомим мотиваційним аспектом виступає пояснення того, що харчові отруєння є серйозними захворюваннями, які супроводжуються явищами інтоксикації та шлунково-кишкових розладів, а у деяких випадках можуть закінчуватись і смертю людини. Учні усвідомлюють важливість дотримання профілактичних заходів запобігання інфекційним захворюванням, а також необхідність знання прийомів, методів першої допомоги, які застосовуються при перших ознаках харчових отруєнь.

У контексті даного питання вчитель проводить паралель і до давніх традицій українців. Зокрема, привертає увагу учнів до низки профілактично-гігієнічних заборон, що мали дещо магічний відтінок, але раціональність яких очевидна: заборона їсти однією ложкою, щоб не посваритися, не залишати на ніч невимитий посуд; звичай закривати посуд з водою чи їжею на ніч, щоб туди не потрапив “нечистий” тощо. Метою надання цієї інформації є пропагування ідеї про необхідність збереження раціональних народних звичок, що мають прямий вплив на формування гігієни харчування.

Головною вимогою при організації навчальної праці учнів є створення безпечних умов роботи. На кожному уроці учні працюють з електронагрівальними пристроями (газові чи електричні плити), працюють з гарячим посудом та рідинами, користуються різучими інструментами. Школярі повинні чітко знати правила безпечної праці та дотримуватись їх.

Перед виконанням кожної практичної роботи, враховуючи види робіт, що виконуватимуться учнями, вчитель у вступному інструктажі робить наголос на правилах безпечної праці, слідкує за їх дотриманням у процесі перебігу практичної частини занять, при необхідності проводить індивідуальний інструктаж.

При формуванні в учнів прийомів безпечної праці важливого значення набуває такий метод навчання, як демонстрація. Наприклад, перед нарізкою овочів вчитель демонструє, в якому положенні повинні знаходитися пальці лівої руки, щоб уникнути поранення ножом, перед проведенням такого виду

теплової обробки, як варіння, показує як правильно знімати кришку з посуду, який знаходиться на вогні, щоб уникнути опіків гарячою парою, тощо.

2.7. Організація робочих місць

Формування в учнів знань про правильну організацію робочого місця при виконанні практичних робіт, про принципи розміщення інструменту, посуду, пристосувань та продуктів на робочому місці є важливим моментом при вивченні технології приготування страв української народної кухні.

Практика показує, що учні іноді не надають належного значення організації свого робочого місця під час виконання роботи, створюють безлад на робочих місцях. У такому випадку вчитель пояснює, що правильна організація робочого місця запобігає надлишковій витраті робочого часу, забезпечує якість виконання роботи, вберігає від отримання травм.

При відповідній організації робочих місць в учнів можна сформувати уявлення про організацію виробництва. Таким прикладом може бути виділення окремих столів для обробки сирих продуктів, варених продуктів, для оформлення готових страв тощо. За цими столами працюють учні, виділені від кожної ланки для виконання відповідної операції.

Подібна організація роботи наблизить виконання трудового завдання до виробничого процесу на підприємствах громадського харчування. І якщо під час проведення екскурсії учні споглядально знайомляться зі специфікою роботи на підприємстві, умовами праці, обладнанням, технологією обробки харчових продуктів та приготування страв, працею робітників різних професій, то в процесі практичної діяльності на уроці у них на практиці формуватимуться уявлення про організацію виробництва, оскільки подібна організація роботи наближує виконання трудового завдання до виробничого процесу.

На основі порівняння роботи, що виконується на уроках, з працею на виробництві учні дістануть уявлення про продуктивність праці, про роль механізації і автоматизації у виробничих процесах, роль науково-технічного прогресу і новаторства та ін.

2.8. Сервірування столу, культура поведінки за столом

Для сучасної культурної людини важливою є і культура харчування.

Елементами культури харчування є чистота і порядок на кухні, чистий і застелений стіл, відповідний посуд та набір ножів, виделок, ложок, вміння користуватися столовими приборами та гарно їсти.

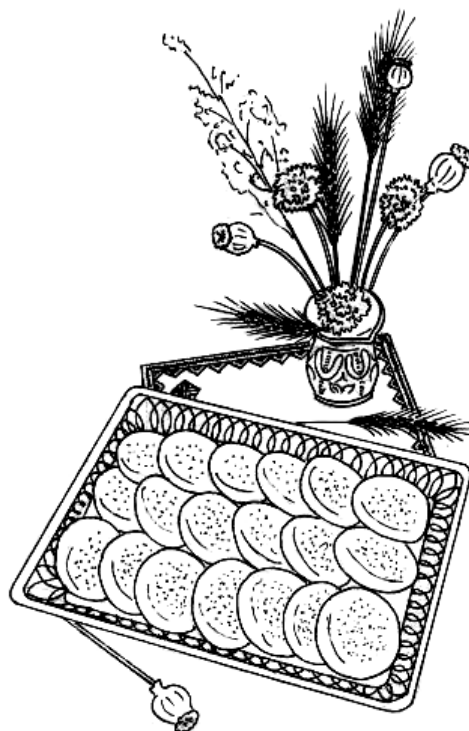
Отже, кожна культурна людина повинна вміти сервірувати стіл, користуватися посудом та столовими приборами, гарно і правильно споживати їжу, дотримуватися правил поведінки за столом. Ці навички формуються у людини з дитинства і лише при систематичній практиці вони переходять у звичку і стають нормою поведінки.

Тема про правила сервірування столу, споживання страв і поведінки за столом не виводиться у окремий урок, оскільки цей навчальний матеріал викладають протягом всього періоду вивчення основ кулінарії.

Важливим елементом у культурі харчування є вміння сервірування столу. З метою формування в учнів знань про сервірування столу вчитель, використовуючи навчальні таблиці, кольорові буклети, мультимедійні презентації, проводить з учнями у ході уроків бесіди, обговорює особливості набору посуду і столових приборів та їх розміщення на столі у залежності від приготування передбачених програмою страв.

Під час навчання учні оволодівають уміннями сервірувати чайний стіл, стіл до сніданку, обіду, вечері, сервірувати святковий стіл та накривати стіл у народному стилі.

У процесі діяльності з сервірування столу в учнів формують знання про особливості його накривання у народному стилі. На даному етапі увагу учнів звертають на те, що матеріали й узори серветок та скатертин мають гармоніювати між собою та з посудом, а ваза для квітів і букет – відповідати обраному стилю (мал.4).

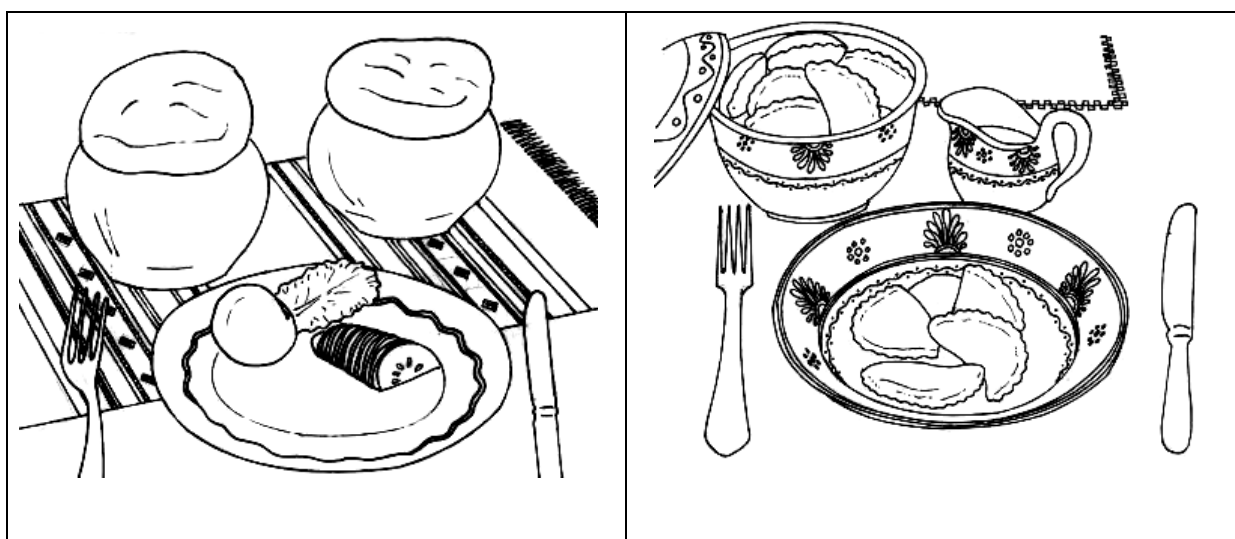


Мал. 4. Фрагмент сервірування столу в етностилі

Учні, готуючи святковий стіл до урочистого обіду, застеляють його вишиваними скатерками, серветками, використовують керамічний посуд – миски, тарілки, кухлі, горщики (мал.5).

У процесі уроків до відому учнів доводять, що правильно й гарно сервірований стіл створює добрий настрій, збуджує апетит.

Від початку учнів ознайомлюють з основними правилами поведінки за столом. На наступних уроках учитель ці правила доповнює і конкретизує в залежності від асортименту кулінарних страв, які готуватимуться.



Мал.5. Накривання столу у народному стилі

При поясненні правил поведінки за столом вчитель перш за все акцентує увагу учнів на доцільності того чи іншого правила, підкреслює, що воно є не лише умовністю, а вироблено і перевірено досвідом багатьох поколінь.

У процесі навчання учнів ознайомлюють не лише з правилами споживання окремих страв та продуктів, але і приділяють особливу увагу формуванню у них знань про гігієну приймання їжі.

Ознайомлення учнів під час уроків з мовним етикетом, зафіксованим у традиційних ритуалах зустрічі, у ритуалах проведення святкових частувань, етикеті припрошувань до столу тощо сприяє формуванню у школярів традиційних схем мовного спілкування, що були притаманні українському народові.

Ефективним буде і залучення учнів до дієвої участі в побутових обрядодійствах (виконується як проект з ігровою спрямованістю).

Наведемо приклад організації проведення сюжетно-рольової гри “Традиції гостинності українців, народний етикет”. До такої тематичної вистави учні готуються заздалегідь. Для підготовки вчитель розділяє учнів на групи, видає кожній окреме завдання. Так, перша група займається підготовкою міні-вистави “Обід у родині”, друга – “Гостинність українців”, третя – “Традиції святкового частування”. Такий розподіл дозволяє всебічно охопити та розглянути весь спектр традиційної гостинності українців минулого, яка виявлялася у доброзичливому ставленні до гостей, що навідалися до оселі в обідню пору. Крім того, створюються можливості ознайомлення учнів з народним етикетом, який прослідковується у правилах та етичних нормах поведінки за столом. До того ж така діяльність дозволяє учням відмітити, що українцям притаманні доброта, щирість, гостинність, щедрість, повага до людей, співчуття, взаємодопомога.

Показовим для таких відтворень елементів дійств минулого є те, що вони знижують втомлюваність, сприяють встановленню більш глибокого, усвідомленого особистісного ставлення до традицій, звичаїв українців минулого.

РОЗДІЛ 3.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ РОБІТ

У процесі проведення практичної частини уроків вчитель ознайомлює учнів на практиці не лише з основами кулінарного мистецтва, але і з українською кухнею як важливою сферою трудової діяльності українців минулого. Це сприяє усвідомленню школярами ролі праці, її місця у житті наших предків, розумінню того, що однією з найважливіших морально-етичних цінностей української нації є притаманна українському народу працелюбність, що неабияк впливає на його самобутність в усіх напрямках практичної діяльності.

Звернення до минулого дає можливість відкрити джерела високих моральних якостей трудової людини. До свідомості учнів доводять, що в Україні здавна шанувалася працьовитість як найвища чеснота людини. Повага до праці, до людей праці наскрізно прослідковується в прислів'ях, приказках тощо. Використовуючи відповідні зразки усної народної творчості (“Праці не боюся, в праці я горджуся”, “Слова – полова, а праця – диво”, “Чесна праця – наше багатство”, “Справжнє життя – у праці”) вчитель на прикладах показує ставлення українців до праці. Таким чином у свідомість учнів закладають світоглядні позиції українського народу, його моральні підвалини. Це забезпечує дієвий вплив на самовизначення дитини через усвідомлення своєї причетності до української нації.

2.1. Організація практичної діяльності учнів під час кулінарних робіт

Особливої уваги заслуговують питання організації практичної діяльності учнів під час кулінарних робіт, формування політехнічних та загальнотрудових умінь, навичок, здійснення органолептичного дослідження приготованих страв та їх оцінювання.

Вивчаючи на уроках основи кулінарного мистецтва, учні виконують практичну роботу з приготування страв у ланках по 4-6 чоловік. В кожній ланці обирається ланковий, в обов'язки якого входить розподіл праці між членами ланки, організація закупівлі продуктів для уроку.

Специфіка практичних робіт з технології приготування кулінарних страв полягає у тому, що учнями кожної ланки у процесі уроку готується лише одна страва. Це вимагає від вчителя пошуку оптимально ефективних варіантів організації та поділу праці між членами ланки у процесі приготування кулінарних страв. Зупинимось на даному питанні докладніше.

Основні види робіт, які виконуються учнями під час практичної частини занять, можна розподілити у дві групи. До першої групи входять ті види робіт, що стосуються безпосередньо технологічної послідовності приготування страв та подання їх до столу: первинна обробка продуктів і приготування напівфабрикатів; теплова обробка продуктів; естетичне оформлення страви, подання її до столу. Для визначення смакових якостей приготовлених страв сервірується стіл.

У другу групу входять такі види робіт, як прибирання робочого місця, миття посуду, прибирання столу після прийому їжі, прибирання приміщення майстерні. Їх повинен уміти виконувати кожен учень, оскільки це сприяє формуванню у школярів навичок самообслуговування.

Виділені види робіт виконуються учнями на кожному уроці. Пропонуємо такий варіант поточного графіку робіт, за яким може здійснюватися поділ праці між членами ланки:

Склад ланки	Види робіт на 1-ому уроці
1 учень 2 учень	Первинна обробка продуктів. Естетичне оформлення страви. Прибирання столу після прийому їжі.
3 учень 4 учень	Приготування напівфабрикатів. Сервірування столу. Миття столового посуду.
5 учень 6 учень	Теплова обробка продуктів. Подання до столу приготованої страви. Прибирання робочого місця ланки.

На наступний урок наведені види робіт зміщуватимуться на порядок, а останні переходитимуть на перше місце. Так, на другому уроці перші два учні за списком ланки виконуватимуть теплову обробку продуктів, подаватимуть до столу приготовані страви, а також прибирають робоче місце ланки і так далі. Таким чином, за весь час вивчення технології приготування кулінарних страв в учнів будуть сформовані навички виконання кожного з перелічених видів робіт.

Даний перелік робіт може дещо варіюватися у залежності від технологічних особливостей приготування тих чи інших страв.

Наведемо приклад графіку робіт для членів однієї ланки, за яким здійснюватиметься поділ праці між учнями протягом трьох занять (на першому уроці вивчатимуться страви з крупів, на другому – страви з макаронних виробів, на третьому – страви з молока і молочних продуктів):

Графік робіт для учнів 1-ої ланки

Склад ланки	Види робіт учнів при виготовленні об'єктів праці		
	Крупник з гречаної каші	Локшина	Сирники смажені
1 учень 2 учень	<u>Первинна обробка продуктів</u> – гречаної крупи, яєць.	<u>Теплова обробка продуктів:</u> відварити локшину, відцідити на друшляк.	<u>Приготування напівфабрикатів:</u> з сирної маси зробити сирники, обкачати їх у борошні.
	<u>Оформлення страви:</u> готовий крупник полити сметаною	<u>Подання до столу приготованої страви:</u> крупник подати на сковороді, в якій він запікався, (сковороду поставити на мілку тарілку).	<u>Сервірування столу.</u>
	<u>Прибирання столу після прийому їжі.</u>	<u>Прибирання робочого місця.</u>	<u>Миття столового посуду.</u>

3 учень 4 учень	<u>Приготування напівфабрикатів:</u> гречані крупи обварити крутим кип'ятком, дати стекти воді, посолити, змішати із сметаною, сиром, жовтками і вершковим маслом.	<u>Первинна обробка продуктів – борошна, яєць.</u> Замісити круте прісне тісто.	<u>Теплова обробка продуктів:</u> сирники смажити на гарячій сковороді у вершковому маслі з обох боків до рум'яного кольору.
	<u>Сервірування столу.</u>	<u>Оформлення страви:</u> готову локшину викласти гіркою на велику мілку тарілку і полити розігрітим вершковим маслом.	<u>Подання до столу приготованої страви:</u> сирники подати на стіл із сметаною (сметана в соуснику).
	<u>Миття столового посуду.</u>	<u>Прибирання столу після прийому їжі.</u>	<u>Прибирання робочого місця.</u>
5 учень 6 учень	<u>Теплова обробка продуктів:</u> підготовлену масу покласти на сковороду і запекти в духовці.	<u>Приготування напівфабрикатів:</u> тісто тонко розкачати і спеціальними локшинорізками нарізати локшину.	<u>Первинна обробка продуктів – сиру, яєць, борошна.</u> Змішати продукти (за рецептом) до однорідної маси.
	<u>Подання до столу приготованої страви.</u>	<u>Сервірування столу.</u>	<u>Оформлення страви:</u> сирники викласти на блюдо і притрусити цукровою пудрою.
	<u>Прибирання робочого місця.</u>	<u>Миття столового посуду.</u>	<u>Прибирання столу після прийому їжі.</u>

Такий варіант організації навчальної праці учнів має як переваги, так і недоліки:

робота учнів у парі при виконанні певних технологічних операцій обробки харчових продуктів чи інших видів робіт дає можливість для спілкування у плані надання взаємодопомоги, а також створює сприятливі умови для здійснення самоконтролю та взаємоконтролю за результатами діяльності;

такий поділ праці забезпечує зведення до мінімуму ситуацій, коли учні залишаються без роботи і лише спостерігають за діяльністю інших;

учні при виконанні практичної роботи змінюють види своєї діяльності, що позитивно впливає на їх самопочуття та запобігає втомлюваності;

певне ускладнення при такій організації праці учнів викликає оцінювання виконаної особисто кожним учнем роботи, що вимагає від вчителя ретельного контролю за діяльністю учнів під час практичної роботи.

Відповідальною є робота чергового по кабінету. Чергування по кабінету здійснюється учнями, виділеними від кожної ланки. У їх обов'язки входить обладнання на початку уроку робочих місць своїх ланок для забезпечення можливості здійснення практичної діяльності по приготуванню страв, контроль за прибиранням робочих місць у процесі уроку та прибирання приміщення кухні наприкінці уроку.

3.2. Формування політехнічних та загальнотрудових умінь і навичок

У процесі навчання учнів основам кулінарії в них формуються обчислювальні, вимірювальні, дослідницькі навички, навички планування трудової діяльності, користування технологічною документацією та спеціальною літературою, а також знання та вміння з технології приготування кулінарних страв, навички їх естетичного оформлення та подачі до столу, навички здійснення самоконтролю та самоаналізу результатів діяльності. Учні засвоюють прийоми роботи інструментами, пристосуваннями, обладнанням, у них формуються навички правильної організації свого робочого місця,

дотримання правил безпечної праці та санітарно-гігієнічних вимог під час виконання трудових завдань.

Обчислювальні навички формуються під час розрахунку необхідної кількості продуктів для приготування визначеної кількості порцій страви. Ця робота проводиться учнями кожної ланки при підготовці до практичної частини занять. Зауважимо, що в учнів уже сформовані навички виконання елементарних математичних операцій. Вчителю залишається лише продемонструвати учням, яким чином, користуючись рецептурою страви, визначають необхідну кількість продуктів у розрахунку на декілька порцій. Перший розрахунок проводиться під контролем вчителя. До всіх наступних занять учні виконують цю роботу самостійно.

При визначенні енергетичної цінності страв задіюється такий самий механізм формування в учнів обчислювальних навичок: вчитель, користуючись спеціальними таблицями, наведеними у навчальних посібниках з трудового навчання чи спеціальній літературі, проводить на дошці перший розрахунок з визначення енергетичної цінності страви, після чого учні кожної ланки самостійно визначають енергетичну цінність страв, що будуть готуватися.

Можливим є і варіант, при якому активізується пізнавальна діяльність учнів. Так, вчитель, давши вихідні відомості про енергетичну цінність продуктів, формулює умову задачі (наприклад, таким чином: визначте енергетичну цінність страви, маючи дані про масу закладених у неї продуктів та їх енергетичну цінність) і пропонує учням самостійно розв'язати її. Учні кожної ланки працюють окремо, обговорюючи можливі варіанти розв'язку цього задачі. Передбачений розрахунок включає відомі учням математичні операції. Таким чином здійснюється зв'язок з основами наук.

Формування вимірювальних умінь і навичок відбувається під час виконання практичних робіт. Для приготування страв учні використовують не лише розроблені вчителем інструкційно-технологічні карти, але і користуються кулінарними рецептами з різних літературних джерел, де норма продуктів

може бути вказана у кількості штук або склянок, столових чи чайних ложок продукту, а також у грамах.

Для визначення маси продукту у грамах школярі можуть використовувати терези чи мірну склянку. При ознайомленні учнів з принципом роботи терезів учитель демонструє і пояснює правильні прийоми зважування продуктів, визначення їх маси. Перші зважування продуктів проводяться під наглядом вчителя, щоб у разі необхідності можна було скорегувати діяльність учнів.

Можливий і інший варіант визначення маси продуктів у грамах, але лише за умови наявності таблиці, де вказується маса окремих продуктів в одній склянці, у столовій і чайній ложках. Тому, якщо майстерня не обладнана терезами, вчитель виготовляє таку таблицю самостійно або залучає до її виготовлення учнів, що є більш доцільним з точки зору розвивального навчання.

Виконання практичних робіт з визначення доброякісності продуктів, визначення якості приготованих страв, проведення аналізу допущених помилок – усе це сприяє формуванню в учнів *дослідницьких навичок*. Наприклад, при виконанні практичної роботи з визначення доброякісності продуктів вчитель повідомляє про мету даної роботи, відмічає який саме харчовий продукт є об'єктом вивчення, ознайомлює з обладнанням, інструментами, що використовуватимуться під час практичної роботи, повідомляє про послідовність виконання роботи, наголошує на оформленні висновків у формі звіту. Таким чином, визначаючи доброякісність харчових продуктів, учні знайомляться з усіма ланками дослідницької роботи.

Дослідницькі навички формуються в учнів і при оцінюванні зовнішнього вигляду, консистенції, запаху та смакових якостей приготованих страв. Учні аналізують, порівнюють з передбачуваними характеристиками готових страв та на основі цього роблять висновки про якість приготованих страв. У випадку, коли виявлені певні недоліки, вчитель організовує проведення аналізу

допущених помилок. У процесі обговорення учні вчаться встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, що сприяє розвитку їх логічного мислення.

Під час приготування кулінарних страв учні використовують інструкційно-технологічні карти, рецепти чи технологічні схеми, завдяки чому у них формуються *навички користування технологічною, довідковою документацією*. Крім того, робота з відповідно оформленими інструкційно-технологічними картами, у яких вказано набір посуду, інструментів, пристосувань, норма продуктів на одну порцію, послідовність виконання роботи, сприяє формуванню в учнів *навичок планування трудового процесу*, забезпечує свідоме виконання школярами трудових завдань.

Практичні роботи сприяють формуванню в учнів *умінь і навичок виконання технологічних операцій з обробки харчових продуктів* у процесі приготування кулінарних страв та виробів.

Успішне формування умінь і навичок виконання технологічних операцій, які включають первинну та теплову обробку продуктів, неможливе без здійснення самоконтролю за результатами своєї діяльності. Цей процес задіює активне функціонування чуттєвих сприймань, що сприяє розвитку значимих для даної діяльності якостей особистості.

При виконанні первинної обробки харчових продуктів і приготуванні напівфабрикатів учні виконують ручні операції без застосування інструментів і пристосувань та з використанням їх.

Ручні операції без застосування інструментів і пристосувань різні за своєю сутністю. Це сортування продуктів, їх миття, формування напівфабрикатів з січеної маси, панірування та ін. Практика показує, що це нескладні у виконання операції і що вони, відповідно, не вимагають довгих тренувань. Достатньо пояснити учням сутність виконання тієї чи іншої операції, основні вимоги до якості її виконання, продемонструвати способи виконання.

Деяка інша ситуація складається при виконанні учнями ручних операцій з використанням ручних інструментів, пристосувань. Виконання цих операцій

завжди пов'язане з істотним впливом на оброблюваний матеріал (харчові продукти). Оволодіння прийомами користування інструментом та пристосуваннями є одночасно і оволодінням технологією роботи з харчовими продуктами з урахуванням їх властивостей та способів обробки.

Якість та швидкість формування в учнів трудових умінь і навичок залежить безпосередньо від активності їх свідомості у процесі навчання. Це вказує на важливість свідомого контролю трудових рухів та прийомів, які складають сутність виучуваних операцій. Для здійснення свідомої регуляції рухів інструментами та пристосуваннями, самоконтролю за своєю діяльністю, учні повинні знати певні ознаки, якими слід керуватися в роботі.

Демонстрація вчителем прийомів роботи інструментами, пристосуваннями при обробці запланованих харчових продуктів супроводжується обов'язковим поясненням. Наприклад, під час демонстрування прийомів роботи ножем при нарізуванні картоплі вчитель розповідає про правильне тримання даного інструменту у руці, положення пальців іншої руки під час притримування продукту на розроблювальній дошці, про структуру руху інструменту, про форму та параметри потрібної нарізки продукту.

Отже, у процесі спостереження за діяльністю вчителя під час демонстрації ним прийомів роботи ручними інструментами, пристосуваннями та проведення інструктажу учні оволодівають таким комплексом відомостей:

- 1) правильне тримання інструменту, пристосування;
- 2) положення пальців іншої руки під час притримування продукту на розроблювальній дошці чи правильне тримання продукту в руках;
- 3) структура руху інструменту, пристосування;
- 4) форма та параметри потрібної нарізки продуктів.

На основі цього учні отримують можливість свідомо сприймати і оцінювати точність виконання своїх рухів.

На початковому етапі формування в учнів умінь роботи з інструментами і пристосуваннями вчитель контролює їх діяльність: спостерігає за прийомами

роботи, за якістю обробки продуктів, при необхідності коректує діяльність учнів. Така організація навчального процесу сприяє формуванню в учнів навичок дотримання правил безпечної праці та навичок самоконтролю за результатами своєї праці.

Досить часто учні не надають особливої уваги важливості використання інструментів і пристосувань за призначенням. У цьому випадку вчитель зосереджує увагу учнів на тому, що інструменти і пристосування добираються у залежності від особливостей продукту, пояснює, наприклад, що ножі бувають різними за величиною, товщиною і формою леза, оскільки вони призначені для роботи з продуктами різної твердості, що конструкція пристосувань також розрахована на властивості продуктів. Ці відомості вимагають демонстрації вчителем відповідних прийомів роботи. У процесі пояснення, бесіди вчитель підводить учнів до усвідомлення того, що правильний добір інструментів, пристосувань впливає не тільки на якість роботи, але і на продуктивність праці.

Переходячи до питання формування в учнів умінь і навичок виконання теплової обробки харчових продуктів, треба відмітити таку особливість. Режим та час виконання теплової обробки продуктів є різними за рахунок відмінностей властивостей харчових продуктів, але сама сутність виконання певних видів теплової обробки залишається незмінною. Це значно полегшує формування в учнів умінь, навичок виконання технологічних операцій теплової обробки продуктів. Так, учні, засвоївши відпочатку сутність застосовуваних видів теплової обробки, послідовність їх виконання, на наступних уроках керуються лише режимом та часом теплової обробки використовуваних продуктів.

Для якісного виконання даної роботи учні мають володіти відомостями про зовнішній вигляд, консистенцію, запах, смакові якості оброблюваних харчових продуктів, яких повинні набути після закінчення теплової обробки.

Самоконтроль за якістю виконання теплової обробки продуктів ґрунтується на основі сенсорної інформації, тому при виконанні теплової обробки харчових продуктів учні повинні володіти такими відомостями:

- 1) знати сутність використовуваного виду теплової обробки, послідовність його виконання;
- 2) знати режим і час теплової обробки харчового продукту;
- 3) мати уявлення про зовнішній вигляд, консистенцію, запах, смакові якості оброблюваного харчового продукту, які повинні бути йому притаманними після закінчення теплової обробки.

При доборі посуду для теплової обробки продуктів в учнів можуть виникнути деякі труднощі. Це пов'язано з наявним асортиментом посуду, який виготовлено з різних матеріалів (емальований посуд, скляний, глиняний, посуд з нержавіючої сталі та ін.). Вчитель доводить до відома учнів переваги посуду з того чи іншого матеріалу в залежності від властивостей харчового продукту та виду обробки згідно технології.

У процесі приготування кулінарних страв вчитель зосереджує увагу учнів на раціональному використанні продуктів, приділяє увагу вивченню способів зменшення відходів і втрат харчових речовин при кулінарній обробці продуктів, наголошує на бережливому ставленні до обладнання кухні. Все це має безпосередній вплив на економічне виховання учнів.

Виконуючи технологічну обробку харчових продуктів на кожній практичній роботі, учні планомірно привчаються стежити за правильною організацією своїх робочих місць, раціональним використанням робочого часу.

Слід зазначити, що практичні роботи з приготування кулінарних страв сприяють формуванню в учнів *навичок самообслуговування*, що є особливо важливим моментом у підготовці їх до самостійного життя.

3.3. Органолептичне дослідження приготованих страв

Оцінювання якості приготованих страв є заключним етапом практичних робіт з технології приготування страв. Учнями проводиться органолептичне дослідження їжі – визначення її якості за допомогою органів чуття. До

органолептичних методів дослідження відносять оцінки зовнішнього вигляду страв та кольору, визначення консистенції, правильності нарізки продуктів, запаху, смаку і т.д.

В учнів сформулюють знання про сутність та особливості проведення кожного з етапів органолептичного дослідження їжі. Розглянемо специфіку діяльності з оцінювання якості приготованих страв.

Органолептичне дослідження страв починають зі встановлення відповідності їх *зовнішнього вигляду і консистенції* висунутим вимогам. На даному етапі звертають увагу на колір, форму, розмір, структуру в розрізі, прозорість, однорідність, еластичність, тобто на правильність оформлення страв, форму нарізки продуктів, стан поверхні порційних кусків (м'яса, риби), консистенцію.

Для визначення *консистенції страви* використовують в основному тактильні відчуття рота (тактильні властивості має язик, піднебіння, губи); при дослідженні консистенції продукту з метою визначення його готовності використовують також і тактильні сприймання пальців рук.

При виявленні недоліків (наприклад, порушення режиму обробки, невідповідність форми нарізки продуктів) з'ясовують причини їх виникнення.

Колір страви є наступним показником якості, на якому фіксують увагу. У вимогах вказано колір, який повинна мати правильно приготована страва. Окремі вироби, для яких, окрім забарвлення поверхні, вказується колір на розрізі, при органолептичному аналізі розділяють на частини виделкою (котлети, рибу) або розрізають (м'ясо). При виявленні забарвлення, невласивого для виробу (посиніння перлового супу, потемніння картопляного пюре, підгоріла поверхня виробів), з'ясовують причини зміни кольору.

Запах страви, її доброякісність визначають при допомозі нюхових сприймань. Для того, щоб ці сприймання були тонкими й точними буде недостатньо злегка понюхати приготовану страву, оскільки це дає дуже коротке відчуття, яке важко запам'ятати. Тому запах страви визначають таким чином: роблять енергійний, сильний і короткий вдих, затримують дихання на 2-

3 секунди і видихають. Як правило, невластиві страві запахи є наслідком порушення технології її приготування.

Після оцінки запаху визначаються *смакові якості страви*. Смак страви залежить від доброякісності сировини, з якої її готують, способу готування і наявності в ній приправ – смакових речовин і прянощів.

У процесі дегустування дотримуються таких правил: пробу на деякий час затримують у роті і розжовують до появи явно вираженого смаку або його відтінків. Потрібно знати, що смакові сприймання підрозділяються на чотири категорії: солодке, солоне, гірке та кисле, а все розмаїття існуючих у природі смаків вважають відтінками цих чотирьох основних смакових категорій. Солодкий смак відчувається найсильніше кінчиком язика, солоний – краями язика та його кінчиком, кислий – краями язика, а гіркий – коренем язика. Для повної оцінки смаку їжі пробу слід розподілити по всій поверхні ротової порожнини, пересуваючи її язиком.

Смакові якості їжі багато в чому залежать і від її температури. Тому при оцінюванні якості звертають увагу *на температуру страв*. Гарячі супи і напої повинні мати температуру не нижче 75°C , другі страви - 65°C , холодні супи, киселі, компоти, салати – не вище 14°C . Якщо майстерні не обладнані спиртовим термометром, яким рекомендують визначати температуру страв, визначають температуру орієнтовно без нього за такою шкалою:

- $100\text{-}101^{\circ}\text{C}$ – рідкі страви киплять;
- понад 70°C – на поверхні посуду, в якому готувалася страва, не можна втримати руку;
- $65\text{-}70^{\circ}\text{C}$ – на поверхні посуду, в якому готувалася страва, можна втримати руку;
- $50\text{-}55^{\circ}\text{C}$ – гарячі страви можна взяти до рота;
- $14\text{-}15^{\circ}\text{C}$ – відчуття помірно прохолодного напою;
- 10°C – відчуття дуже холодного напою.

Специфіка оцінювання якості приготованих страв ґрунтується на основі чуттєвої інформації, отриманої завдяки зоровому (оцінюється зовнішній вигляд, колір, визначається консистенція), тактильному (визначається консистенція, температура), нюховому (визначається запах), смаковому (визначається смак) сприйманням. Отже, в учнів під час кулінарних робіт найбільш повноцінно задіюється увесь діапазон чуттів: контактні чуття (тактильні, температурні, смакові) та дистантні (зорові, нюхові, слухові).

Слід зазначити, що уроки з основ кулінарії, які, починаючи з 5-х класів, продовжуються з року у рік, не дають можливості для покращення в учнів зору, слуху, дотику, нюху і смаку, оскільки ніякі вправи цього дати не можуть. Гострота і точність роботи цих органів є якістю вродженою. Але вміння зосередитися, проаналізувати ці відчуття, зробити на основі їх правильний висновок, запам'ятати від них враження – всі ці суттєві якості можна поступово сформувати. І особливо сприятливою для цього є діяльність з оцінювання якості об'єктів праці при кулінарних роботах.

Для прикладу розглянемо методику формування в учнів знань і вмінь проведення органолептичного дослідження першої страви – борщу українського.

Оцінка готової страви ґрунтуватиметься на визначенні її відповідності передбаченим технологічною документацією вимогам. Вчитель під час вступного інструктажу до відому учнів доводить вимоги до якості даної страви. Для забезпечення можливості здійснення учнями самоконтролю, самоаналізу та самооцінки результатів своєї діяльності до змісту інструкційно-технологічних карток, як уже зазначалося раніше, включають характеристику готової страви.

Характеристика готової страви містить вимоги до її якості за такими основними взаємопов'язаними показниками:

- 1) зовнішній вигляд,
- 2) колір,
- 3) консистенція,
- 4) запах,

5) смак.

У даному випадку вона буде мати такий вигляд:

Характеристика готової страви (борщ український)				
Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах	Смак
Овочі нарізані правильно (буряк, капуста, морква – соломкою, цибуля – півкільцями, картопля – часточками), не деформовані, на поверхні сметана, зелень.	Колір рідкої частини – малиново-червоний, жир на поверхні – оранжевий.	Буряк, овочі – м'які, свіжа капуста – пружна.	Характерний для овочів і спецій	Кисло-солодкий, в міру солоний

Керуючись отриманою інформацією, учні мають змогу зіставити отримані результати з передбачуваними: зробити висновки стосовно відповідності зовнішнього вигляду, кольору, консистенції, запаху, смаку приготованої страви наведеним вимогам; проаналізувати допущені помилки.

Вчитель інформує учнів про те, що органолептичне дослідження розглядуваної першої страви проводять у такій послідовності:

- її обережно, старанно перемішують, частину проби відливають у тарілку, беруть ложкою і, зливаючи тонкою цівкою, визначають колір і консистенцію, а потім запах;
- ложкою відділяють рідку частину і визначають смак, аромат;
- розбирають щільну частину і порівнюють її з рецептурою. Кожну складову частину досліджують окремо, звертаючи увагу на консистенцію продуктів, форму нарізання, смак;
- пробують рідку та щільну частини страви без сметани (оскільки вона маскує можливі дефекти), а потім з її додаванням.

Вчитель доводить до відома учнів, що неприпустимими недоліками є гіркий смак від підгорілого борошна, присмак прогірклого жиру, наявність

недоварених чи сильно переварених овочів, підгорілі коріння і цибуля, наявність грудочок борошняної пасеровки, смак сирого буряка, борщ сильно пересолений.

Після такого інструктажу учні можуть самостійно провести органолептичне дослідження даної першої страви.

З метою ефективного формування в учнів умінь і навичок давати якісну оцінку стравам їх залучають не лише до самостійного оцінювання приготованих страв, але й оформлення висновків у робочому зошиті у вигляді таблиці:

Назва страви	Органолептичні показники					Недоліки	Само-оцінка	Фактична оцінка
	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах	Смак			

Це допомагає учням поступово у ході практичних робіт з технології приготування кулінарних страв навчитися аналізувати й узагальнювати сприйняту чуттєву інформацію.

Для того, щоб вчитель міг оцінити приготовані страви, учні оформлюють їх і подають до столу.

3.4. Особливості оцінювання роботи учнів

Для оцінювання наприкінці уроку може бути представлено декілька страв (залежно від кількості ланок). Оцінку починають зі страв, що мають більш слабкий запах та є менш гострими. Солодкі страви пробують в останню чергу.

Органолептичний аналіз дозволяє виявити деякі порушення технології, наявність стороннього запаху, зміни смаку. У даному випадку вчитель у співпраці з учнями з'ясовує причини виявлених відхилень, звертає їхню увагу

на ті етапи технологічного процесу, де допущені порушення, і на те, як вони впливають на якість страв.

При оцінюванні роботи учнів вчителем враховується ряд аспектів. *По-перше, це органолептичні показники страви: форма, колір, консистенція, запах, смак.* Залежно від якісних показників страви та виробу оцінюють як приготовані відмінно, добре, задовільно, незадовільно (брак).

Страви, що не мають відхилень від висунутих до них вимог, тобто відповідають за зовнішнім виглядом, кольором, консистенцією, запахом, смаком затвердженій рецептурі та іншим показникам, передбаченим вимогами технологічної карти, оцінюються як відмінні.

Добре оцінюють вироби, які приготовлені відповідно до затверджених рецептур і вимог технологічної карти, однак мають один незначний дефект (недосолені, не доведені до кольору).

Якщо відхилення від вимог відмічаються за декількома показниками (зовнішній вигляд, консистенція тощо), але страви та кулінарні вироби придатні для вживання без переробки, то їх вважають приготованими задовільно.

Страви, що мають такі недоліки, як сторонній, невластивий виробам запах, смак (різко пересолені, різко кислі, гіркі), порушення режиму обробки (недоварені, недосмажені, підгорілі), втратили свою форму, мають невластиву консистенцію, оцінюються як незадовільні (брак).

По-друге, це спосіб викладки на блюдо, художнє оформлення страви.

При оформленні страв додержуються ряду основних загальних правил, але тут дуже багато залежить від художнього смаку, чуття, винахідливості кожного. Під час оцінювання оформлення страви увагу звертають на сполучення продуктів за кольором, смаком та формою і величиною нарізання.

Посуд має відповідати за своєю формою і розмірами тому кулінарному виробу який на нього викладається і подається до столу.

По-третьє, рівень співпраці членів ланки в процесі приготування страви.

Оцінка готової страви є загальною оцінкою результатів діяльності кожної ланки. Від якісного виконання кожним учнем окремих технологічних операцій

з обробки харчових продуктів залежить загальна якість приготованої страви. Відповідальність за якість приготованих страв несуть усі члени ланки. Учні усвідомлюють не тільки важливість виконуваної конкретно ними роботи, але і важливість спільної праці. Це сприяє вихованню в них відповідальності за колективну справу, формуванню на цій основі навичок взаємоконтролю, стимулює до змагання за кращі результати, що позитивно позначається на якості роботи.

По-четверте, своєчасність закінчення роботи. З урахуванням того, що процес приготування страви здійснюється колективом ланки, важливого значення набуває фактор часу, витраченого на виконання трудового завдання, оскільки саме від рівня співпраці між членами ланки, їх злагоджених дій залежить швидкість та своєчасність виконання технологічного циклу операцій з обробки продуктів та приготування страв.

По-п'яте, охайність у процесі приготування і подачі страв, підтримування чистоти робочих місць.

Вчитель стежить за дотримання учнями санітарно-гігієнічних вимог, правил безпечної праці й організацією робочих місць, звертає особливу увагу на культуру праці учнів.

РОЗДІЛ 4.

МЕТОДИЧНІ ПОРАДИ З ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ

Програми з трудового навчання для 5-9 класів розроблено на засадах проектно-технологічної системи.

В основу проектно-технологічної системи покладено творчу діяльність учня, кінцевим результатом якої є розробка і виготовлення творчого проекту.

Творчий проект – це навчально-трудова завдання, яке активізує діяльність учнів і в результаті якої вони самостійно створюють продукт (виріб, послуга), що володіє суб'єктивною, а іноді і об'єктивною новизною. Творчий проект виконується під контролем і за консультуванням учителя. Результатом роботи школяра чи групи учнів над проектом є новий продукт, конкретний досвід або знання, здобуті самостійно.

Постає питання про те, які види творчих проектів та об'єкти проектування є доцільними і можливими для виконання учнями при вивченні ними української народної кухні.

Зауважимо, що мистецтво приготування страв - це галузь діяльності, найбільше пов'язана з життям: правильно приготовані і спожиті страви є суттєвим фактором, що має безпосередній і постійний вплив на здоров'я людини, її самопочуття, настрій, працездатність. З огляду на це важливо, щоб учні у процесі вивчення української народної кухні свідомо і міцно засвоїли знання, мали інтерес до навчання, розвинули самостійність думки та практичних дій. Об'єктивною передумовою успішного навчання учня є високий рівень розвитку його пізнавальної активності.

Виконання учнями на уроках творчих проектів забезпечує логічний перехід від пояснювально-ілюстративного навчання до особистісно-орієнтованої технології, побудованої на активізації пізнавальної діяльності учнів.

Слід зазначити, що організація проектно-технологічної діяльності учнів на уроках з трудового навчання може здійснюватись різними шляхами.

Приклад перший. Якщо на виготовлення об'єкта праці навчальною програмою відводиться достатня кількість годин, то це дає можливість вчителю організувати діяльність учня як проектно-технологічну, тобто сформувати в учнів уміння виконувати основні етапи проектування при виготовленні безпосередньо цього об'єкта праці.

Учень, на перший погляд, виступає виконавцем, оскільки проблемна ситуація вноситься в учнівський колектив ззовні, тобто завдання ставить учитель. В учнів досвід діяльності накопичується через співробітництво з учителем на засадах репродуктивно-наслідувальної діяльності, але характер навчального завдання вимагає від школяра і аналітичних дій, інтелектуальної активності. Пошуки самостійних шляхів розв'язання проблеми, перегляд різних варіантів відривають учня від зразка, дають простір для роздумів і про характер змісту завдання, і про умови діяльності, і про свої можливості. На даному етапі учень проявляє репродуктивно-наслідувальну та пошуково-виконавчу активність (перший та другий рівні пізнавальної активності).

Приклад другий. Розробка учнями творчих проектів з застосуванням матеріалів та технологій, що були вже ними вивчені. Вчитель домагається від учнів самостійного знаходження проблем і формулювання творчих задач, що позитивно впливає на розвиток творчої активності.

Творча активність як найвищий рівень пізнавальної активності проявляється у процесі створення нового та реконструкції вже відомого. Це розв'язок завдань, які характеризуються новизною, складністю, нетрадиційністю.

Яким же чином можна організувати проектно-технологічну діяльність учнів при вивченні ними основ кулінарії та традицій української народної кухні, коли на виготовлення об'єкта праці за рахунок його специфіки відводиться урок, та ще й процес його виготовлення здійснюється не кожним учнем індивідуально, а групою учнів.

4.1. Навчальне проектування на уроках з кулінарії

У якості об'єктів праці на уроках з кулінарії виступають кулінарні страви та вироби. Оскільки учнів ще залучають до вивчення української народної кухні як складової національної культури, то об'єктами праці є українські народні страви, вироби з тіста, холодні та гарячі напої.

Специфіка занять з кулінарії така, що учні кожної ланки готують по одній страві з певної групи харчових продуктів, що вивчається безпосередньо на даному уроці. Врахуємо і той факт, що харчові продукти, з якими учні працюють на уроках, відрізняються будовою, хімічним складом, властивостями, тому сутність та послідовність виконання технологічних операцій первинної обробки різноманітних продуктів, режим та час їх теплової обробки суттєво відрізняються. Крім того, з кожної групи харчових продуктів учнями готується певний асортимент страв української народної кухні, які різняться не лише технологічними особливостями приготування, але і мають у народному побуті специфічні функції, як-от утилітарну, символічну, естетичну, з якими необхідно ознайомити учнів.

Отже, на конкретному уроці в учнів формується певний обсяг знань і вмінь роботи з певною групою харчових продуктів, з технології їх обробки та приготування страв, з особливостей оформлення цих страв, подання до столу та споживання.

Якщо об'єктом проектування виступатиме *українська народна страва*, то зміст діяльності учнів відповідно до основних етапів проектно-технологічної діяльності учнів буде таким:

- *організаційно-підготовчий етап*: вибір теми проекту і об'єкту проектування, аналіз народознавчої та технологічної літератури;
- *конструктивний етап*: розробка технології приготування досліджуваної страви на основі використання технологічної та довідкової документації, або ж відтворення технології її приготування на основі пошукової роботи (спілкування зі старшим поколінням – бабусями, прабабусями, аналіз

літератури етнографічного спрямування (у нагоді стануть праці Л.Артюх, М.Маркевича, О.Франко та ін.)); розробка і оформлення інструкційно-технологічних карт з супутнім описом функцій, які виконувала дана страва у побуті українців минулого; розрахунок собівартості страви, що готуватиметься, обрахунок прибутку, розрахунок ціни; мінімаркетингові дослідження;

- *технологічний етап*: виконання технологічних операцій, передбачених технологічним процесом приготування страви; поточний контроль якості;
- *заключний етап*: захист проекту – сервірування столу у народному стилі, оформлення і розміщення на сервірованому столі приготованої страви або ж подання її на виставку, дегустування страви; доповідь по приготованій страві, розкриття можливостей використання результатів проектування (споживання, реалізація, виставка, продаж, включення в банк проектів, публікація тощо).

При організації навчального проектування на уроках з кулінарії учнів орієнтують на власне дослідження і власний варіант вирішення проблеми.

Зокрема, учні вчать:

- 1) самостійно знаходити проблему дослідження;
- 2) визначатися з темою проекту і об'єктом проектування;
- 3) збирати інформацію;
- 4) визначатися з характером виконання проекту;
- 5) визначатися з формою представлення результатів проектування.

Важливо сформувати в учнів уміння самостійно знаходити проблему дослідження виходячи зі змісту конкретного навчального матеріалу. Здійснити це можна таким чином. Вчитель доводить до відому школярів перелік загальних проблем, які можна обирати для дослідження. Зокрема, це такі:

- Дослідження культурно-побутових традицій регіону (внутрішнє облаштування української хати: вариста піч, принцип її дії; мисник, розміщення у ньому традиційного глиняного посуду; хлібна лава, хлібна діжа; стіл на покуті);

- Дослідження традиційних основ харчування українців (природно-географічні умови регіону, зумовлені ними напрями господарської діяльності; формування традиційного для української кухні набору харчових продуктів);
- Вивчення особливостей створення харчових запасів українцями у минулому (способів зберігання харчових продуктів);
- Дослідження системи харчування українського народу (асортименту страв української народної кухні (щоденних, святкових, обрядових), режиму харчування, заборон, переваг);
- Вивчення традицій, звичаїв, обрядів, пов'язаних з приготуванням та споживанням страв української народної кухні;
- Вивчення народних свят календарного циклу, асортименту страв, що до них готувалися (Свят-вечір, Різдво, Новий рік, Масляна, Великдень, Маковія, Спаса);
- Вивчення сімейних свят та асортименту страв, що до них готувалися (весільна обрядовість: сватання, умовини, заручини, весілля, вінчання; родильна обрядовість: народження дитини, хрестини; поховальна обрядовість: похорони, поминки);
- Дослідження національних українських традицій сервірування щоденного та святкового столу;
- Дослідження давніх традицій поведінки за столом, культури приймання їжі;
- Вивчення традицій гостинності українців, народного етикету;
- Вибір варіантів поєднання страв для сервірування столу у залежності від призначення;
- Складання меню у залежності від віку людини, стану здоров'я, її діяльності;
- Вивчення основних принципів раціонального харчування;
- Розрахунок собівартості приготованих страв;

- Визначення енергетичної цінності страв;
- Дослідження особливостей технології приготування українських народних страв у залежності від їх призначення (щоденні, святкові);
- Дослідження шляхів популяризації традицій української народної кухні;
- Дослідження традиційних для української кухні способів кулінарної обробки харчових продуктів.

Керуючись цим переліком (а він може включати й інші проблеми, що відносяться до даної сфери діяльності українців) та враховуючи конкретний зміст навчального матеріалу, що вивчатиметься, учні зможуть самостійно визначитись з темою проекту та об'єктом проектування.

У процесі проектної діяльності учні вчать збирати інформацію з досліджуваної проблеми. Зокрема, вони використовують такі методи отримання інформації: літературні джерела, засоби масової інформації, бесіди, опитування, анкетування, інтерв'ю.

Оперуючи зібраною інформацією, учні визначаються з характером виконання проекту та формою представлення результатів проектування. Виконання проектів може мати різну спрямованість:

- інформаційну (зібрана інформація про певний об'єкт, явище представляється у формі повідомлень, доповідей, рефератів, публікацій, стінних газет);
- практично-орієнтовану (практична діяльність пов'язана зі створенням продукту (виробу, послуги)). Це може бути розробка технологічних карт, схем, таблиць, плакатів, стендів, альбомів, журналів, сервірування столу, складання меню, приготування страв, естетичне оформлення страв, розрахунок вартості страв, визначення енергетичної цінності страв, виготовлення муляжів харчових продуктів;
- ігрову (відтворення елементів культурно-побутового життя українців минулого, імітація соціальних, ділових стосунків у певних життєвих ситуаціях виконується як сюжетно-рольова гра, тематичний захід);

- рекламну (популяризація створеної продукції (виробів, послуг)). Форма представлення результатів - організація виставок з розробленими супровідними рекламними текстами, випуск стінних газет, виготовлення рекламних листівок, буклетів, фотокаталогів кулінарних виробів та страв української народної кухні, імітація рекламних роликів (читання тексту з ілюстративним супроводом) тощо.

При вивченні української народної кухні учні найчастіше виконуватимуть проекти змішаного типу, тобто такі, що мають спрямованість інформаційну, практично-орієнтовану і рекламну, інформаційну і ігрову, практично-орієнтовану та ігрову тощо. Але якої б спрямованості не був творчий проект, його виконання включатиме основні моменти дослідницької роботи: визначення теми дослідження, розробка плану дослідної роботи, вироблення ідей та варіантів, здійснення наміченого плану, формулювання висновків.

Розглянемо особливості виконання учнями проекту “Свят-вечірня трапеза” (приготування куті, узвару, оформлення свят-вечірнього столу).

Отже, учні однієї ланки обрали проект “Свят-вечірня трапеза”. Вчитель на *організаційно-підготовчому етапі* допомагає сформулювати проблему: “Особливої уваги заслуговує свят-вечірня трапеза, оскільки символічне значення мали не лише страви, що подавалися до столу, але і саме оформлення столу. Підготовка до святкової вечері носила урочистий характер і розгорталася як справжній ритуал. Зокрема оформленню обрядового столу у свят-вечірній трапезі надавалось великого значення. Згідно народних уявлень, всі предмети, які мали відношення до обрядового столу, набували чудодійної сили. В умовах сьогодення цей звичай практично забутий. Отже, виникає проблема, яка вимагає вирішення – це дослідження особливостей сервірування свят-вечірнього столу”.

На основі такого формулювання проблеми учні чітко усвідомлюють з якою метою їм потрібно виконати проект, яким буде його значення в їхньому житті та в житті їхніх родин, розуміють основне завдання майбутньої роботи.

Виконання проекту починають зі збору, накопичення і переробки інформації. Учні проводять аналіз літературних джерел з метою дослідження особливостей оформлення обрядового столу у свят-вечірній трапезі. Вчитель рекомендує учням для роботи над даним проектом праці Л.Артюх, Т.Гонтар, Д.Цвек та ін., літературні джерела з народознавства, української минувшини.

Наступний етап проектно-технологічної діяльності – *конструктивний*. На даному етапі учні розробляють ескіз оформлення обрядового столу для свят-вечірньої трапези і супроводжують його описом, Керуючись збірниками рецептур, визначаються з технологією приготування обраних страв та напоїв (або ж, займаючись пошуковою роботою, відтворюють її), визначаються з переліком харчових продуктів, необхідних для їх приготування. Учні добирають інструменти, пристосування та обладнання для технологічної обробки цих харчових продуктів.

На основі зібраної інформації розробляються інструкційно-технологічні карти на виготовлення обрядової страви – куті та напою – узвару.

Крім того, на даному етапі учні виконують економічні, екологічні, та мінімаркетингові дослідження: проводять розрахунок собівартості страви, що готуватиметься, вивчають в умовах закладів громадського харчування з українською кухнею, виставок-ярмарок тощо попит та пропозиції на виготовлену продукцію (приготовані свят-вечірні страви, сервірування свят-вечірнього столу у народному стилі), визначаються з можливостями використання отриманих знань у реальному житті.

На *технологічному етапі* учні займаються безпосередньо оформленням обрядового столу для свят-вечірньої трапези. Це може бути фрагментарне сервірування столу з залученням доступних елементів.

Для здійснення процесу приготування страв учні, перш за все, організують своє робоче місце: добирають і розміщують на робочому місці продукти, інструменти та пристосування, перевіряють освітленість, дотримання санітарно-гігієнічних норм та правил безпечної праці. Школярі готують доступні сьогодні та їх віковим можливостям страви, напої.

На *заключному етапі* проходить захист проекту. Пояснювальна записка включає обґрунтування вибору теми, розкриття актуальності даного проекту, хід вирішення проблеми, ескіз оформлення обрядового столу, інструкційно-технологічні карти на страву та напій, пояснення символічного навантаження певних предметів, які використовували у оформленні столу; розкриття символічного занесення страв, що входили до свят-вечірньої трапези. Пояснювальна записка повинна включати і обґрунтування можливостей використання результатів проектування (наприклад, з метою популяризації української кухні як складової національної культури).

При вивченні основ кулінарії та традицій української народної кухні доцільною є розробка творчих проектів як індивідуально кожним учнем, так і мікрогрупами (парами), групами (ланками). Наведемо орієнтовні напрями творчих проектів:

Сфера діяльності	Орієнтовні напрями творчих проектів
Школа	<ol style="list-style-type: none"> 1. Господарська основа харчування українців (оформлення альбому). 2. Зв'язок людини з навколишнім середовищем (стінна газета). 3. Харчові продукти та їх значення для життя людини (повідомлення). 4. Національна кухня України (плакат з класифікацією страв української кухні). 5. Обжинковий коровай (доповідь). 6. Шануймо хліб і працю хлібороба (повідомлення про відношення українців у минулого до хлібу). 7. Види бутербродів (альбом з ілюстраціями бутербродів, варіантами їх естетичного оформлення).

8. Цілющі властивості чаю (повідомлення).
9. Правила споживання гарячих напоїв (повідомлення).
10. Інтер'єр української хати (макет).
11. Традиційний посуд українців (альбом замальовок).
12. Овочеві страви української кухні (інструкційні картки з технологією приготування страви за вибором).
13. Асортимент холодних напоїв в українській кухні (набір інструкційно-технологічних карт).
14. Солодкі страви з фруктів і ягід в українській кухні (повідомлення).
15. Їжа і здоров'я (стінна газета).
16. Види круп із зерна (виготовлення колекції зразків).
17. Каша як обрядова страва (реферативні роботи з описом свят, обрядів, звичаїв, для яких готується каша).
18. Види макаронних виробів (колекція зразків).
19. Харчова цінність молока (доповідь).
20. Лікувальне харчування (повідомлення).
21. Народна мудрість про раціональне харчування (стінна газета).
22. Принципи раціонального харчування (доповідь).
23. Традиційний різдвяний стіл (повідомлення).
24. Давні та сучасні способи зберігання м'ясних продуктів (плакат).
25. Національні українські страви (доповіді за приготовленими стравами, інструкційні карти з ілюстраціями й технологіями приготування).
26. Давні та сучасні способи зберігання риби (плакат).
27. Класифікація видів тіста (плакат).
28. Обрядові вироби з тіста (альбом із замальовками та описом

	<p>виробів).</p> <p>29.Вироби з дріжджового тіста (технологічні схеми приготування виробів з дріжджового тіста, приготовленого опарним та безопарним способом).</p> <p>30.Коровай – атрибут весільної обрядовості (комп’ютерні варіанти повідомлень про особливості випікання весільного короваю в різних регіонах України).</p> <p>31.Традиційні українські вироби з прісного тіста (доповіді за приготовленими виробами).</p>
Дозвілля	<ol style="list-style-type: none"> 1. Українська писанка (практичне виготовлення української писанки). 2. Традиційна гостинність українців (сюжетно-рольова гра). 3. Подорож у минуле (збір старовинних рецептів овочевих страв). 4. Гігієна приготування та приймання їжі (імітація рекламного ролика). 5. Страви з яєць в українській кухні (альбом інструкційно-технологічних карт). 6. Символи писанок України (плакат). 7. Сучасні системи харчування (реферативні роботи з описом сучасних систем харчування). 8. Групи овочевих культур (плакат). 9. Культура поведінки за столом (рекламний ролик). 10.Види річкової риби (альбом з ілюстраціями). 11.Здоровий спосіб життя (реклама). 12.Я – етнограф (збір матеріалів про харчування мешканців міста чи села в минулому та сьогоденні, оформлення виставки). 13.Цікавинки (картотека корисних порад щодо технології

	<p>приготування кулінарних страв з різних груп харчових продуктів).</p> <p>14.Обрядові страви (рекламний буклет).</p> <p>15.Їжа – важливий компонент матеріальної культури народу (виставковий стенд).</p> <p>16.Сватання (тематичний захід).</p> <p>17.Обряд “бгання весільного короваю” (сюжетно-рольова гра).</p> <p>18.Хліб - усьому голова (тематичний захід).</p> <p>19.Печені вироби з тіста (виготовлення муляжів виробів з тіста).</p> <p>20.Жінка – берегиня домашнього вогню (стінна газета).</p> <p>21.Цикл календарних свят (таблиця).</p> <p>22.Сімейні свята та обряди (таблиця).</p>
Дім	<p>1. Сервірування столу до чаю в народному стилі (практична діяльність).</p> <p>2. Чекаємо гостей (приготування виробів зі здобного тіста, подання їх до столу).</p> <p>3. Оздоблення дитячих страв (практична діяльність по виготовленню з яєць квіточок “ромашка”, “дзвіночок”, фігурок “лісовик”, “комашка”, “мишка”, “черепашка” та ін.)</p> <p>4. Готуємо самостійно (практична робота з отримання молочних продуктів з молока – кисляку, сметани, сиру, сироватки).</p> <p>5. Сервірування столу до сніданку у народному стилі (практична діяльність).</p> <p>6. Сервірування столу до обіду у народному стилі (практична діяльність).</p> <p>7. Оздоблювальні елементи з овочів (практична діяльність з</p>

	<p>фотофіксацією результатів, виготовлення фотокаталогу).</p> <p>8. Сервірування столу до вечері у народному стилі (практична діяльність).</p> <p>9. Сервірування святкового столу у народному стилі (практична діяльність).</p> <p>10. Сервірування сучасного святкового столу (практична діяльність).</p> <p>11. Сервірування чайного столу.</p> <p>12. Сервірування кавового столу.</p> <p>13. Способи зберігання фруктів, ягід (оформлення журналу).</p> <p>14. Я – дизайнер (виготовлення муляжів продуктів для оформлення інтер'єру кухні).</p> <p>15. Рукавичка-прихватка (практична діяльність).</p>
Сім'я	<p>1. Здорова родина (складання меню на добу з урахуванням основ правильного харчування).</p> <p>2. Я – мамина помічниця (приготування бутербродів, подання їх до столу).</p> <p>3. Гарячі напої в українській кухні (оформлення міні-книги з рецептами).</p> <p>4. Овочі – основне джерело вітамінів (таблиця).</p> <p>5. Раціональне харчування в традиціях українського народу (рекламна акція).</p> <p>6. Корисні поради (оформлення журналу корисних порад щодо бережного відношення до продуктів харчування, їх економії).</p> <p>7. Свят-вечірня трапеза (приготування куті, оформлення свят-вечірнього столу).</p> <p>8. Локшина – святкова страва українців (інструкційно-технологічна карта, практичне приготування локшини та</p>

	<p>страви з неї, доповідь про особливості споживання локшини у минулому).</p> <p>9. “Масляна, масляна, яка ти мала...” (приготування страв до масляної, відповідне сервірування столу у народному стилі).</p> <p>10. Фізіологічне значення поживних речовин, їх джерела (таблиця).</p> <p>11. Великий піст (реферативні роботи з описом харчування під час постів, асортимент страв, їх рецептури).</p> <p>12. Уміла господиня (розрахунок вартості страв, приготованих до сніданку на родину з чотирьох осіб).</p> <p>13. Джерело енергії для існування людини (визначення енергетичної цінності страв).</p> <p>14. Борщ – традиційна українська страва (міні-книга з відтвореними рецептами приготування борщів у різних регіонах України).</p>
--	---

У процесі проектування учні набувають нових знань, образів дій, досвіду практичної діяльності. Розробка проекту є методом розвивального навчання і відноситься до сучасних педагогічних технологій, а саме – особистісно-орієнтованої педагогічної технології, яка забезпечує розвиток розумових здібностей особистості у процесі оволодіння запропонованими знаннями.

4.2. Творчий проект з сервірування кавового столу

1. Розробка технічного завдання

Технічне завдання – вихідний документ для проектування сервіровки кавового столу.

1.1. Призначення сервірування кавового столу

Слово сервіровка у перекладі із французького *servir* означає, з одного боку, підготовку столу до сніданку, обіду, вечері, гарячих напоїв (чаю чи кави), тобто розміщення посуду в певному порядку, а з іншого – сукупність предметів (посуду, столової білизни), призначених для цієї мети.

Сервіровка столу – процес творчий, відрізняється багатоваріантністю й залежить від закладу громадського харчування, його спеціалізації.

Столи сервірують залежно від виду й характеру обслуговування (сніданок, обід, вечеря, банкет, кавовий стіл і т.д.).

Кавовий стіл сервірують для споживання кави. Процес отримання кави довгий і складний.

Кава – це насіння ягід кавового дерева, яке росте у вузькому субтропічному поясі на висоті до 6000 футів над рівнем моря. Кавове дерево – це вічнозелена тропічна рослина, що відноситься до роду *coffea* сімейства *rubiacae*. У природі зустрічається близько 80 видів цієї рослини. Людина широко культивує для своїх потреб два види кавового дерева: *coffea arabica* – арабка, *coffea canaphora (robusta)* – робуста.

Вічнозелені кавові дерева зазвичай досягають у висоту 20-ти футів. Для того, щоб простіше було збирати врожай, їх підрізають до восьми-десяти футів. Плоди кавового дерева дозрівають в різний час, тому, в більшості випадків, вони збираються вручну.

Щоб отримати один фунт обсмаженої кави в зернах, потрібно приблизно 2000 ягід кави сорту "Арабіка" (приблизно п'ять фунтів). Так як кожна ягода містить два боби, то один фунт кава виходить, фактично, з 4000 кавових зерен.

З одного кавового дерева середньої величини щорічно отримують один-два фунти обсмаженої кави в зернах, а до першого врожаю дерево має рости чотири-п'ять років. Як і всі плодові культури, перед тим, як дати врожай, кавове дерево спочатку цвіте тонкими гронами білих квітів, що нагадують за формою і аромату жасмин. Цвітіння триває кілька днів, потім розпочинають з'являтися маленькі зелені ягоди кави, які за шість-дев'ять місяців дозрівають до

жовтого, червоного і потім майже до чорного кольору .

Як тільки плоди кавового дерева зібрані, вони проходять спеціальну обробку. Ягоди сушаться, а потім пропускаються через пульпер, механізм, що очищає насіння від м'якоті. Іноді насіння відділяються від м'якоті методом вимочування. Сирі зерна сушаться, сортуються за розміром і відбираються, причому все це робиться вручну. Після сортування кавові зерна поміщаються в мішок і відправляються на обсмажувальні пункти.

Далеко не всі продукти, які ми споживаємо, вкладено стільки людської праці.

1.2. Вимоги до сервірування кавового столу

Правильно і красиво сервірувати стіл це велике мистецтво. По сервіровці столу завжди видно, який задум і скільки зусиль ви в неї вкладено. І хоча кожен господар має свій смак і свої звички, але все ж існують правила сервірування столу, яких потрібно дотримуватися.

Перед початком сервірування слід продумати загальну ідею, тему, мотив. При цьому необхідно врахувати кількість гостей.

Перш ніж розпочати процес сервірування, варто згадати загальні правила для сервірування столу. Відстань між двома приладами повинна бути не менше 60-80 см, інакше гостям за столом буде затісно.

Кавовий стіл, як і чайний – один з найбільш поширених. Зазвичай на каву запрошують в кінці дня, після 18 годин. І подають її також наприкінці застілля. Самим фактом подачі створюється відчуття урочистості. Щоб створити гарне враження у гостей від проведеного вечора, сервіровку при цьому необхідно проводити особливо ретельно. Каву можна подавати гарячою. Все залежить від часу дня, з якої нагоди, і від особистих переваг.

Сервірування кавового столу допомагаю оцінити гідно і насолодитися кавою. Для цього каву подають гарячою , відразу ж після приготування.

Для сервірування кавового столу, його покривають скатертиною (бажано світлого відтінку). На середині можна розстелити доріжку, а кожному гостю

дати складену вчетверо серветку – її кладуть праворуч.

Кавовий стіл прикрашають квітами, але так, щоб вони не затуляли присутніх за столом і не заважали бесіді. У цих цілях краще використовувати високі квіткові вази.

Чудовою прикрасою кавового столу можуть бути свічники зі свічками.

Перед кавою пропонують гарячу закуску і салати. Потім безпосередньо до кави подають маленькі бутерброди, пироги, бісквіти, печиво, солодощі, горішки, різні фрукти, ягоди, торти. На стіл прийнято також ставити коробки з шоколадними цукерками, також соки, мінеральну воду, нарізаний на часточки лимон в лоточку зі спеціальною виделкою для перекладання.

Неодмінна умова кавового столу – гаряче молоко, що подається в молочнику, і цукор. У цукорницю з цукро-піском необхідно покласти ложку, а для кускового цукру – щипчики.

На відміну від чайного столу, де епіцентром загальної уваги може слугувати самовар, кавовий стіл приваблює гостей, насамперед кавовим сервізом (фото. 1)



Фото 1. Кавовий сервіз

Якщо перед кавою передбачені різні бутерброди, рулет і так далі, то в цьому випадку на стіл ставляться десертні тарілки. Зліва від них кладуть виделку для закусок, а праворуч – виделку для торта, а за нею – ніж для закусок.

Після того як десертні прилади прибрали, для кожного гостя з лівого боку ставлять тарілку під тістечко або торт, а з правого – кавову чашку з блюдцем.

При цьому ручка чашки повинна знаходитися праворуч і бути паралельною краю столу. Кавова ложка повинна знаходитися на блюдці за чашкою, ручкою також направо.

Наповнюють розставлені на столі напої двома способами . За першим варіантом – особа, яка наливає каву, просувається вздовж столу зліва направо, бере в ліву руку вже попередньо поставлене на стіл блюдце разом з чашкою і ложкою, наповнює чашку з кавника правою рукою і ставить на стіл лівою рукою зліва від гостя. За іншим варіантом – особа, яка наливає каву, обходить стіл справа наліво, зупиняється біля кожної людини праворуч, правою рукою наповнює з кавника напоєм кавові чашки. Кавник при цьому необхідно обгорнути серветкою. Кожному гостю прийнято наливати 3/4 чашки. Кавник з рештою напоєм зазвичай ставлять на серветку по центру столу.

Для різного виду кави існують свої особливості подачі її на стіл. Так, каву з молоком подають не в кавових, а в чайних чашках (вони більше за об'ємом) або склянках з підстаканниками. Чашки з цим напоєм ставлять прямо перед гостем.

Подібним чином подають і каву по-віденськи, додаючи перед вживанням напою збиті вершки.

Каву-гляссе подають в конічному стакані ємністю 250 мілілітрів з кулькою морозива. Склянку з глясе ставлять на тарілку, покриту різьбленою паперовою серветкою. Поруч кладуть десертну ложку для морозива і дві соломинки для кави.

Особлива специфіка притаманна подачі кави по-східному. Її готують в турці з цукром і подають разом з гущею. Спочатку необхідно зняти чайною ложкою піну, налити кави з турки в чашку, потім зверху перекласти з чайної ложки піну. Ні в якому разі не можна розмішувати напій.

1.3. Вимоги до предметів, призначених для сервірування кавового столу

Сервірування столу має відповідати наступним вимогам:

- відповідати заходу;

- строго поєднуватися з меню закусок, що подаються, страв і напоїв;
- бути естетичною, гармоніювати з формою столу, скатертиною, серветками (формою їх згортання), інтер'єром;
- відображати тематичну направленість свята;
- всі предмети сервірування повинні бути розміщені у відповідності з прийнятими правилами.

Предмети сервіровки. Кожен предмет для сервірування столу має своє значення, функції.

Скатертина – один з основних елементів сервірування столу. Виконує такі функції. По-перше, естетична скатертина надає столу презентабельний вигляд, фешенебельність. По-друге, скатертина знижує звук стуку тарілок і приладів об стільницю. По-третє, вона поліпшує зчеплення тарілок і столу. Розміри скатертин залежать від того, для якого столу вони будуть використовуватися і з якою метою. Слід вибирати скатертину, яка повністю закrije стіл. Наприклад, якщо потрібна скатертина на прямокутний фуршетний стіл розміром 1,8x0,8x0,75 м, 0,75 – висота столу, то необхідно обрати скатертину, яка буде закривати стільницю, і не обов'язково, щоб вона повністю закривала ніжки, оскільки вони будуть прикриті фуршетною спідницею. Рахують так: довжина повинна бути $> 1,8$ м, ширина $> 0,8$ м. Бажано, щоб скатертина трохи (близько 30 см) звисала, таким чином, отримуємо розміри скатертини прямокутної форми – 2,4 x 1,8 м.

Якщо ж прийняте рішення розмістити гостей за прямокутним столом того ж розміру, то слід вибирати скатертину, яка повністю закrije стіл. Складемо довжини всіх сторін і висот. Отримуємо $0,75 + 0,8 + 0,75$ – ширина, $0,75 + 1,8$ – це довжина. Таким чином, отримуємо розміри скатертини – 3,2 x 2,3 м.

Сучасний професійний крій дозволяє скатертині ідеально лежати на столі, закриваючи його до підлоги з усіх боків (фото 2). Скатертини для круглих столів також повинні мати круглу форму, щоб оптимально облягати стіл. Скатертина повинні бути виконана з професійної ресторанної тканини, яка буде тримати форму, а також збереже первісний колір та інші первинні

характеристики . Однією з найбільших складнощів для виробників круглих скатертин , особливо великих діаметрів, як, наприклад, кругла скатертина діаметром 3,3 м для круглого столу діаметром 1,8 м. Складність у тому, щоб виготовити таку велику скатертину без шва посередині, а саме такою має бути скатертину, яка претендує називатися якісним продуктом.

При виборі кольору скатертини необхідно враховувати тематику, місце і формат заходу. Консервативний білий колір є, в той же час, найбільш універсальним. Підійде практично для будь-якого випадку життя. Останнім часом все активніше використовуються більш теплі тони – бежевий, кремовий, кольору слонової кістки і т.д. Але також будуть виразно виглядати оливкового, фісташкового кольорів. Для певних випадків підійдуть і яскраві кольори. Одним з головних критеріїв при виборі кольору має бути поєднання посуду та текстилю.



Фото 2. Види скатертин (прямокутна, кругла, фуришетна спідниця)

Серветки. Ткані серветки, як правило, йдуть в комплекті з скатертинуою, гармоніюючи з нею за кольором та матеріалом. Серветки, такого ж забарвлення, що і скатертина, будуть виглядати краще, якщо їх тканина буде більш тонка, ніж тканина скатертини. Якщо серветки трохи відрізняються від скатертини, матеріал може бути таким же.

Розмір серветок може бути різним: є серветки 32х32 см і менших розмірів використовують для сніданку, а серветки від 40х40 до 60х60 см більше підходять для обіду і вечери. Крохмалити серветки потрібно безпосередньо перед використанням.

При сервіруванні столу серветки можуть складати складати у формі віяла, свічки, конусу, лілії, ялинки тощо (фото 3).



Фото 3. Варіанти складання серветок

Етикет за столом початку століття зобов'язував закладати серветку за комір одягу, сучасні ж правила етикету за столом передбачають розкласти її на колінах.

Кавовий фарфор.

При подачі гарячих напоїв - чаю, кави, какао та ін. слід використовувати посуд відповідно до його призначення. Для подачі кави слід використовувати кавовий набір: кавник, молочник, кавові пари, цукорниця (фото 4).



Фото 4. Класичний кавовий набір








Посуд для подавання кави і кавових напоїв обирається за певним об'ємом і матеріалом, з якого він виготовлений. Об'єм посуду для кави пов'язаний з традиціями та особливостями національної культури (табл . 2).

Від матеріалу, з якого виготовляється посуд, залежить, як довго кавовий

напій зберігатиме необхідну температуру і бажаний смак, від форми і розміру – естетичне сприйняття поданого напою.

Таблиця 2.

Посуд для подавання кави і напоїв на основі кави

Вид	Ємність, мл	Призначення посуду
	60-70	Чашка для еспресо (італ. – tazzine, англ. – demitasse cup)
	140-200	Чашка для капучино (італ. – tazza)
	220-230	Кружка для фільтрової кави, або кружка – регулятор
	150-300	Хайбол (тумблер) – високий циліндричний стакан, який використовують для приготування напоїв з великою кількістю льоду і без нього - так звані "лонгдрінки"
	200-250	Бокал айриш-кава – спеціальний посуд, який використовують для подачі гарячих напоїв, у т.ч. айриш кави
	200-285	Гобліт (кубок) коктейльний
	300-350	Бокал мілкшейк – спеціальний посуд для подавання напоїв "лонгдрінк" з великою кількістю компонентів

Для подавання кави використовують чашки, а також кавові пари – чашка і блюдце (фото 5).



Фото 5. Кавові пари

Чашка для подавання кави має бути виготовлена з високоякісної порцеляни, тому що тільки товстостінна чашка довго зберігатиме тепло напою, сповільнюючи тепловіддачу. Вважається, що кращий варіант форми внутрішньої поверхні такої чашки – конічна. Класична форма чашки для кави еспресо: в діаметрі і висотою – всього 5 см.

Кавові прибори.

Кавові прибори (ложки), найменші за розміром використовуються для сервірування столів при подачі гарячих напоїв, а саме – кави. Перш ніж починають пити з чашки, кавову ложку за етикетом слід покласти на блюдце.



Фото 6. Кавова ложка

Для того, щоб покласти цукор з фарфорової цукорниці в чашку необхідно використовувати щипці для цукру (якщо цукор кусковий).

2. Розробка технічної пропозиції

2.1. Аналіз зразків-аналогів сервіровки кавового столу

Зразок 1. Кава й рукоділля. Якщо запросити подругу не лише на чашку кави, але і для того, щоб разом створити що-небудь прекрасне зі сфери рукоділля, то для декорування кавового столу якнайкраще підійде власноруч виготовлена серветка у техніці «рішельє». Кавові пари краще підібрати білого кольору, солодка випічка подається у булих керамічних формочках. Штучні квіти підкреслять витончену легкість кавового столу. А запах свіжої кави надасть наснаги для спільної творчості.

Зразок 2. Новорічне свято -. зимова казка. Запрошення гостей на «зимову каву». Для цього прикрашають стіл атрибутами нового року: фарфорова ялинка, декоративний свічник із червоною свічкою, зібрані шишки й волоські горіхи викладені у декоративну вазочку, яка знайшла своє місце на тематичному

кавовому столі. На стіл виставляють кавові пари з новорічною тематикою у оформленні. Зустріч за кавою допоможе налаштуватися на святковий настрій, надасть нового імпульсу старій дружбі, сприятиме формуванню теплої та дружньої атмосфери у новорічні свята.

Зразок 3. Урочистість. В житті кожної людини є події, які хотілося б відзначити з особливою урочистістю. Чи то вдало витриманий іспит, закінчення навчання, чи день народження – святково сервірований кавовий стіл послужить гідним доповненням такого свята. Білий фарфор із золотисто-коричневим малюнком виглядатиме тут особливо витончено. Варто подати до кави шоколадні цукерки, печиво, торт. Білий тон скатертини та серветок, яскравий букет квітів підкреслять загальну пишність.

Зразок 4. Дитяче свято. Після повернення с урочистого святкування дитячого Дня народження, цю подію відзначають ще і вдома з близькими і рідними. Кавовий стіл сервірують у яскравих тонах, щоб прослідковувалася «дитяча» тематика свята. Дуже привабливим буде стіл, на якому виставлять кольорві кавові пари та випічку у яскравих паперових формах. Свічки та квіти є частиною декорації у сервіруванні столу. Таке сервірування кавового столу створює почуття продовження свята, радісний настрій і затишну атмосферу у домі.

Зразок 5. Зустріч на природі. Вишита скатертина з рослинним узором – вимагає багато часу, але вкладену працю оцінять усі присутні. Вишиті ніжні квіткові композиції по краям скатертини, що вишиті у м'яких пастельних тонах. Візерунок вишивки на скатертині повторюється фарфорі. Родзинка у сервіруванні столу – однакові за формою, але різні за кольором та рослинним малюнком кавові пари. І чашки, і блюдця, і кавник, і молочник з цукорницею створюють атмосферу літнього саду, спокою і затишку. Визначає композицію малюнок на скатертини та посуду. Для більшої насиченості додається кілька яскравих елементів. Рожево-фіолетові тони з вишивки на скатертині повторюються в ніжних кольорах букета, у кремовому декорі випічки. Гарно сервірований кавовий стіл у літньому саду.



Зразок 1



Зразок 2



Зразок 3



Зразок 4



Зразок 5

Фото 7. Зразки-аналоги для аналізу

2.2. Аналіз конструктивної побудови зразків-аналогів

Щоб здійснити детальний конструктивний аналіз побудови зразків, використовуємо порівняльну таблицю (табл. 3).

Таблиця 3

Аналіз конструкції зразків-аналогів

№ n/n	Вимоги до конструкції	Характеристика ступеня втілення вимог у зразках				
		Зразок № 1	Зразок №2	Зразок № 3	Зразок № 4	Зразок №5
1	Кількість предметів для сервірування	+	+	-	-	+
2	Відповідність призначенню	+	-	-	+	+
3	Матеріали предметів для сервірування	+	+	+	+	+
4	Габаритні розміри виробу	+	+	+	-	+
5	Складність виконання	+	+	-	-	+
6	Надійність роботи у виробі	+	+	+	+	+
7	Відповідність вимогам пропорційності форми і ліній (вимогам дизайну)	+	+	+	+	+
8	Естетичний і оригінальний вигляд	+	+	+	+	+
9	Технологічність виготовлення деталей	+	-	+	+	+

2.3.Визначення майбутньої конструкції виробу

Провівши детальний аналіз зразків-аналогів визначаємо особливості майбутнього сервірування столу (табл. 4).

Визначення майбутньої конструкції виробу

№ n/n	Вимоги до конструкції	Зразок, в якому вимогу реалізовано найкращим чином
1	Кількість предметів для сервірування	Зразок № 1, №2, №5
2	Відповідність призначенню	Зразок № 1
3	Матеріали предметів для сервірування	Зразок № 1, №2, №5
4	Габаритні розміри виробу	Зразок № 1, №2
5	Складність виконання	Зразок № 3, №5
6	Надійність роботи у виробі	Зразок № 3, №5
7	Відповідність вимогам пропорційності форми і ліній (вимогам дизайну)	Зразок № 3, №5
8	Естетичний і оригінальний вигляд	Зразок № 1, №5
9	Технологічність виготовлення деталей	Зразок № 3

2.4. Аналіз переваг спроектованої композиції у порівнянні з якістьми існуючих зразків-аналогів

Оцінюємо якість зпроектowanego виробу та обраних зразків-аналогів. Для цього використовуємо формулу оцінки якості зразків-аналогів:

$$K_{п.} = K_{ід.} - K_{відх. \max.}, \text{ де}$$

$K_{п.}$ – коефіцієнт якості питомого виробу;

$K_{ід.}$ – ідеальний коефіцієнт виробу (теоретичний) = 1;

$$K_{відх. \max.} = 1/v, \text{ де}$$

v – кількість врахованих позитивних вимог;

Коефіцієнт максимально можливий (K_{\max}) розраховується:

$$K_{\max.} = K_{ід.} - 1/C,$$

де C – загальна кількість вимог;

Отримані результати зафіксуємо у таблиці 5.

Оцінка якості зразків-аналогів і зпроектованого виробу

Вид виробу	Коefіцієнт якості
Зразок № 1	0,78
Зразок № 2	0,89
Зразок № 3	1
Зразок № 4	1
Зразок № 5	0,89
Спроектований виріб	1
Максимально можливий коefіцієнт якості	1

2.5. Висновок за технічною пропозицією

У результаті проведеного аналізу зразків-аналогів можна зробити наступний висновок. Усі розглянуті варіанти сервірування кавового столу відповідають своєму призначенню. Крім того, вони є доступними з точки зору технології сервірування. Використані у зразках види скатертин і серветок, кавових наборів надають сервірованим столам естетичного та привабливого вигляду. В якості зразка-прототипу для подальшого проектування вибираємо модель №1, як одну з доступних і відповідних нашій тематиці.

Подальшим етапом проектування є розробка ескізного проекту, результатом якого буде розроблений ескіз майбутнього майбутньої сервіровки з точним описом.

*3. Ескізне проектування**3.1. Опис зовнішнього вигляду*

Маленьке свято у повсякденному житті – затишна розмова за кавою в компанії хороших друзів. Великої підготовки тут не потрібно: апетитна випічка, цукерки, свіжа кава – запорука успіху зустрічі.

Кавовий сервіз може щоразу виглядати по-новому. Якщо покласти замість звичайної білої скатертини вишиту – стіл буде сприйматися інакше.

Доповнити вподобану композицію тематичними дрібницями. Особливо мило якщо ці дрібниці будуть пов'язані с причиною запрошення гостей. Незвичайна сервіровка перетворює звичайні кавові посиденьки у подію.

Назва даного проекту - «Сервірування кавового столу». Кава це ціла церемонія, красива і витончена, що створює настрій і дозволяє відчутти натхнення для творчості, а не лише насолоджуватися смаком, ароматом, але і спілкуванням, обговоренням нових творчих ідей.

Кавовий стіл у етностилі. Сервірування кавового столу – відповідальна справа, яка вимагає уваги і дотримання правил. У даному проекті використовуємо вишиту лляну скатертину, що залишилася у спадок, дві кавові пари, що за малюнком гармоніюють зі скатертиною. Використовуємо кавник, цукорницю та молочник інших кольорів – для створення контрасту. Паперові серветки складаємо у формі віяла та розміщуємо на десертну тарілку.



Фото 8. Зовнішній вигляд сервірованого кавового столу

Розділ 4. Розробка технічного проекту

4.1 . Вихідні дані для сервірування

Кавники для кави (ємністю 800 мл), чашки (ємністю 100 мл) з блюдцями – для кави чорної; молочник (місткістю 100 мл) - для молока до кави; цукорниця, десертна тарілка, ніж та виделка. Кавові прилади (це найменші за

розміром) використовуються для сервірування столів при подачі гарячих напоїв. Скатертина розміром 150x220, 2 серветки паперові.

Для сервірування кавового столу використовують світлу скатертину і на фарфоровий посуд. Зазвичай використовують спеціальний кавовий сервіз, до якого входять кавові чашки с блюдцями (чашку ставлять навкоси від тарілки с правого боку). Ручка чашки повинна «дивитися» управо і бути паралельною краю стола. На блюдце кладуть ложечку ручкою вправо. Виделка або ложка для торта повинна знаходитися праворуч від тарілки. Каву подають і наливають перед тим, як почати її пити. Якщо до кавового столу подається солоний торт або тістечка, бутерброди, то для кожного гостя ставлять десертну тарілку, зліва від неї кладуть виделку для закусок, а праворуч спочатку кладуть виделку для торта, а за нею – ніж для закусок.

5. Розробка робочої документації

5.1 Визначення витрат матеріалів на виріб

Перелік використаних предметів для сервірування кавового столу зазначено у таблиці 6.

Таблиця 6

Специфікація виробу



<i>№, n/n</i>	<i>Найменування деталей</i>	<i>Кількість</i>	<i>Матеріал</i>	<i>Розміри, см</i>
1	2	3	4	5
1	Кавовий сервіз	Кавник Цукорниця Молочник	Фарфор	600 мл 100 мл 100мл
2	Кавова пара	2 чашки 2 блюдця 2 ложка	Фарфор	150 мл
3	Десертна тарілка	2 тарілки	Фарфор	діаметр 18 см


1	2	3	4	5
4	Десертні прибори	2 ножі 2 виделки	Нержавіюча сталь	21 см 17 см
5	Скатертина	1 шт	Льон	150x220
6	Серветки	2 шт	Паперові	10x10

5.2. Складання технологічної карти на сервірування столу

Розробляємо технологічну карту з послідовністю сервірування кавового столу.

Технологічна карта на сервірування кавового столу

№, п/п	Назва операції	Технологічні умови	Графічне зображення
1	2	3	4
1.	Застелання стола скатертиною	1. Застелити стіл старовинною вишитою скатертиною	
2.	Розміщення на столі десертних тарілок та приборів	1. Поставити на стіл дві десертні тарілки. 2. Розмістити зліва від кожної тарілки десертну виделку зубцями вгору. 3. Розмістити справа від кожної тарілки десертний ніж – лезом до тарілки	

1	2	3	4
3.	Розміщення на столі кавових пар	1. Поставити на стіл дві кавові чашки з блюдцями та ложками	
4.	Розміщення на столі кавового сервізу	1. Поставити на стіл кавник, цукорницю, молочник	
5.	Складання серветки	1. Скласти серветку у формі віяла 2. Розмістити складену серветку на десертній тарілці	
6.	Декорування столу	1. Декорувати стіл букетом у вазі	

6. Розрахунок собівартості сервірування кавового столу

Для того, щоб визначити собівартість сервірованого карного столу виконуємо наступні розрахунки.

По-перше, розрахунок матеріальних витрат на сервірування столу (табл.7).

Розрахунок витрат матеріалів

Назва матеріалу	Ціна одиниці вимірювання, грн	Витрати матеріалів, м, шт	Вартість витрат, (грн)
Скатертина	-	-	-
Серветки	4	1 пачка	4
Кавовий сервіз	90	1 набір	90
Кавова пара	60	1 набір	60
Десертні тарілки	20	2 шт.	40
Ніж десертний	15	2 шт.	30
Виделка десертна	15	2 шт.	30
Ваза	30	1 шт.	30
		Разом:	284

По-друге, вартість витрат на електроенергію при сервіруванні столу розраховують за формулою:

$$E = P \cdot t,$$

де E – спожита електроенергія (кВт/год.);

P – потужність споживача електроенергії (кВт);

t – тривалість роботи споживача електроенергії (год.).

$$Ц = 0,25 \text{ грн.} \cdot E,$$

де $Ц$ – вартість спожитої електроенергії (грн.);

0,25 грн. – величина тарифу на електроенергію.

а) робота електричної лампи $t_v = 100$ год.

б) лампа має потужність $P_v = 100$, Вт = 0,1 кВт

в) за час роботи лампа споживає електроенергію:

$$E_v = P_v \cdot t_v = 0,1 \text{ кВт} \cdot 100 \text{ год.} = 10 \text{ кВт} \cdot \text{год.}$$

г) при тарифі на електроенергію 0,25, вартість спожитої електроенергії складає

$$C_e = 0,25 \text{ грн} \cdot 10 \text{ кВт} \cdot \text{год} = 2,50 \text{ грн}$$

Обчислюємо матеріальні витрати за формулою:

$$M_v = V_{mat} + V_c$$

Одержуємо:

$$M_v = V_{mat} + V_c = 284 \text{ грн} + 2,5 \text{ грн} = 286,50 \text{ грн.}$$

Далі розраховуємо оплату праці за формулою:

$$P = t \cdot p,$$

де t – тривалість виконання робіт з сервірування столу (год.);

p – погодинна оплата праці робітника 3 розряду.

$$p = 10 \text{ грн}$$

Тривалість сервірування столу 1 год.

$$P = 1 \times 10 \text{ грн} = 10 \text{ грн.}$$

Розраховуємо податок на заробітну плату:

Податок на заробітну плату та інші податки складають 15% від заробітної плати $O_p = 0,15 \cdot 10 \text{ грн.} = 1,5 \text{ грн.}$

Остаточно визначаємо загальну собівартість сервірування столу за формулою:

$$C = M_v + P_{op} + O_{дсс}$$

Загальна собівартість виготовлення рушника складає:

$$C = M_v + P_{op} + O_{дсс} = 286,5 + 10 + 1,5 = 298 \text{ грн}$$

7. Маркетингове обґрунтування об'єкту проектування

7.1. Характеристика товарних властивостей проектованого варіанту сервірування кавового столу

Можливість просування проектованого варіанту сервірування кавового столу в українському стилі на цільовий ринок кав'ярень та закладів громадського харчування з метою формування колоритної атмосфери закладів для впливу на покращення настрою споживача передбачає необхідність внесення до основних його складових змін та певних модифікацій:

- використання глиняних кавових сервізів або фарфорових з різними орнаментальними зображеннями етнічного українського спрямування;

- використання скатертин із машинною вишивкою за національними українським мотивами, розміри яких можуть варіюватися.

Тому можливо створити декілька додаткових варіантів сервірування кавового столу з метою перевірки реакції споживачів. Після цього будуть прийняті кінцеві рішення відносно доцільного варіанту сервірування кавового стилі в українському стилі.

7.2. Популяризація спроектованого варіанту сервірування столу

Потенційними споживачами проєктованого варіанту сервірування кавового столу в українському стилі можуть стати не лише заклади громадського харчування (наприклад, кавярні), але і туристи, шанувальники українських традицій та прості громадяни. При плануванні рекламної компанії врахуємо, що переважна більшість є впевненими користувачами інтернету та власниками смартфонів.

Популяризацію варіантів сервірування кавового столу в українському стилі можна здійснити через інтернет-ресурси, оформивши у вигляді ілюстрованого буклету-книги у PDF форматі.

7.3. Просування продукції на ринку

Метою рекламування сервіровки карого столу в українському стилі є розширення долі споживачів, які б використовували запропоновані варіанти сервірування та мали уявлення про цей вид діяльності.

Рекламний бюджет може бути нульовим за умови реалізації запланованого продукту через мережу інтернет.

Приймаючи рішення про доцільність сервірування кавового столу в українському стилі споживачі можуть керуватися такими мотивами емоційного характеру: почуття краси; бажання відрізнятися від інших; любов до національного колориту; почуття національної гордості.

Керуючись споживчими мотивами визначених ринкових сегментів вибираємо тему, яка сприятиме досягненню цілей рекламної програми. До теми

реклами включаємо емоційні мотиви (оригінальність, колоритність, символічність, стильність, яскравість).

При розробці реклами акцент рівною мірою потрібно здійснювати і на словесну рекламу, і на рекламну картинку.

Виходячи з визначених споживчих мотивів найбільш впливовими словами і фразами можуть бути такі:

- оригінальний кавовий стіл в українському стилі;
- колоритність сервірування;
- національний стиль у оформленні столу.

Картинкою, що супроводжує текст реклами може бути зразок зображення одного із варіантів сервірування кавового столу в етностилі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Архіпов В.В., Русавська В.А. Організація обслуговування в закладах ресторанного господарства: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / В.В.Архіпов, В.А.Русавська. - К.: Центр учбової літератури, 2009. – 342 с.
2. Барайс У.Фантазии праздничного стола / У. Барайс . – М.: БММ АО , 2001. – 128 с .
3. Григорьева Т. Как красиво накрыть стол / Григорьева , Т.Носенко , Т.Фомина. – М.: АСТ - ПРЕСС , 2001. – 152 с.
4. Доцяк В.С. Сучасна українська кухня / В.С. Доцяк. – Львів: Оріяна нова – 2009. – 538 с.
5. Светлова Е. Сервировка праздничного стола и этикет застолья / Е. Светлова – М.: ООО « ИКТЦ ЛАДА » , 2009. – 251 с .
6. Марычева А. Рецепты красивого стола . Сервировка и этикет /А. Марычева , Л. Антонов — М .: Эксмо , 2011. – 128с .
7. Організація обслуговування на підприємствах ресторанного господарства: Навчальний посібник. – К.: Ліра, 2010. – 388 с.
8. Россхардт П. Праздничный стол / П. Россхардт . – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА , 2003. – 120 с.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ТА РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Артюх Л.Ф. Традиційна українська кухня в народному календарі. – К.: Балтія-Друк, - 224 с.
2. Артюх Л.Ф. Українська народна кулінарія / історико-етнографічне дослідження / Л.Ф.Артюх. – К.: Наукова думка, 1977. – 154 с.
3. Артюх Л.Ф. Звичаї українців у народному календарі: наук.-попул. вид./ Л.Ф. Артюх; відп. ред. Ю.В. Ференцева, худож. оформ. О. Желєзняк, фотогр. Л. Буханська - К. : Балтія-Друк, 2012. - Показч. страв : с. 220-222. - Бібліогр.: с. 223. - 223 с.
4. Беребец В. Контроль навчальних досягнень учнів у процесі проектно-технологічної діяльності // Трудова підготовка в закладах освіти / В. Беребец. – 2003. - №2. – С. 21-25.
5. Борисов В., Тхоржевський Д. Чи можна вимірювати рівень національної самосвідомості особистості // Трудова підготовка в закладах освіти / В.Борисов, Д.Тхоржевський. – 1999. - №4. – С. 22-25.
6. Ващенко Г. Виховний ідеал / Г. Ващенко. – Полтава: Ред. газ. “Полтавський вісник”, 1994. – 191 с.
7. Концептуальні засади розвитку творчих здібностей школярів // Трудова підготовка в закладах освіти / І. Волощук. – 2003. - №3. - С.4-9
8. Воропай Олекса. Звичаї нашого народу / О.Воропай. – К.: Оберіг, 1993. – 259 с.
9. Все об украинской кухне / Сост. Д.Билык. – Донецк: ПКФ «БАО», 2000. – 352 с.
10. Гонтар Т.О. Традиційне харчування українців / Т.О. Гонтар. – К: Рад. шк., 1990. - С. 38-44.
11. Гурман Е.Г. Наукові основи кулінарії / Рос.акад.наук; відп.ред. Н.Н.Ієзуїтова / Е.Г. Гурман. – СПб: Наука, 1995. – 272 с.

12. Денисенко Л.І. Азбука домашнього господарювання: Навч. посіб. з трудового навчання для учнів 5-9 кл. серед. загально освіт. шк., ліцеїв, гімназій / Л.І. Денисенко. – К.: А.С.К., 1999. – 232 с.: іл.
13. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв: підручник для учнів проф.-техн. училищ з інтегрованим навчанням / В.С. Доцяк. – К.: Вища школа, 1995. – 550 с.
14. Технологія приготування їжі з основами товарознавства продовольчих товарів: підручник для проф.техн. навч. закл. / В.С. Доцяк – К.: Наш час, 2014. – 400 с.
15. Доцяк В.С. Сучасна українська кухня / В.С. Доцяк. – Львів: Оріяна нова – 2009. – 538 с.
16. Закарпатські народні страви / Упоряд. М.А.Мицько. – Ужгород: Карпати, 1990. – 246 с.; 24 л. іл.
17. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. – Донецк: ПКФ «БАО», 2000. – 224 с.
18. Захарченко Р.О. Національна самосвідомість у системі загальнолюдських цінностей // Цінності і виховання: Наук.-метод. зб. / За заг. ред. О.В. Сухомлинської; ред. П.Р. Ігнатенко, Р.П. Скульського, упор. О.П. Павліченка / Р.О. Захарченко . – К., 1997. – С. 41-43.
19. Зязюн І.А. Філософія, освітні стратегії і якість національної освіти // Педагогічна практика та філософія освіти: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції / І.А. Зязюн. – Полтава: ПОІ ПОПП, 1997. – С. 3-5.
20. Із записок українських гурманів // Хроніка. – 2000. - №5 (7). – С. 33-69.
21. Іларіон, митрополит. Дохристиянські вірування українського народу: Іст. реліг. Моногр / Іларіон, митрополит. – К.: Обереги, 1991. – 424 с.
22. Карсекіна В.В., Скрипка Л.М. Страви української кухні: Навч. посібник для учнів проф.-техн. Училищ / В.В. Карсекіна, Л.М. Скрипка. – К.: Вища школа, 1993. – 238 с.: іл.

23. Килимник С. Український рік у народних звичаях в історичному освітленні. – Вінніпег, Торонто, 1964. – (Праці / Інститут дослідів Волині; Ч.3). Т.1: Зимовий цикл / О.Войтенко, М. Боровська (передм.) / С. Килимник. – 1964. – 151 с.
24. Коберник О. Розробка творчих проектів на уроках технічної праці // Трудова підготовка в закладах освіти / О. Коберник. – 2002. - №1. - С.41-45
25. Коберник О. Проектно-технологічна система трудового навчання // Трудова підготовка в закладах освіти. – 2003. - №4. - С.8-12.
26. Коберник О. М. Інноваційні технології навчання та виховання : навч. посіб. / О. М. Коберник, О. В. Бялик. - Умань, 2010. - 209 с. - укр.
27. Коберник О. М. Проектна технологія: теорія, історія, практика : монографія / О. М. Коберник; Уман. держ. пед. ун-т ім. П. Тичини. - Умань : Жовтий О. О., 2012. - 228 с
28. Котляревський І.П. Енеїда: Поема / І.П. Котляревський. – К.: Дніпро, 1994. – 300 с.
29. Кравець М.О. Сімейний побут і звичаї українського народу / М.О. Кравець. – К.: Наукова думка, 1966. – 198 с.: іл.
30. Кравченко Т. Кулінарні роботи на уроках трудового навчання // Трудова підготовка в закладах освіти / Т.Кравченко. – 1997. - №1. – С. 11-12.
31. Кравченко Т.В. Підготовка вчителя трудового навчання з основ кулінарії: Дис... канд. пед. наук / Уманський держ. пед ін-т ім. П.Г.Тичини / Т.В.Кравченко. – Умань, 1998. – 282 с.
32. Кудря О.В. Методичні поради до вивчення асортименту страв української народної кухні // Науково-методичний журнал “Трудова підготовка в рідній школі” / О.В. Кудря. – 2016. - № 2. – С. 13-21.
33. Кудря О.В. Використання методу проектів при вивченні української народної кухні // Трудова підготовка в закладах освіти / О.В. Кудря. – 2006. – № 2. – С.10-14.

34. Кудря О.В. Органолептичне дослідження їжі як важливий етап практичних робіт з технології приготування страв // Науково-методичний журнал “Трудова підготовка в закладах освіти” / О.В. Кудря. – 2004. - № 1 – С.19-22.
35. Кудря О.В. Методика вивчення української народної кухні у школі: Навчально-методичний посібник / О.В. Кудря. – Полтава, 2004. – 144 с.: іл
36. Культура і побут населення України: Навч. посібник / В.І. Наумко, Л.Ф. Артюх, В.Ф. Горленко та ін. – К.: Либідь, 1991 – 232 с.
37. Культура українського народу: Навч. посібник / В.М. Русанівський, Г.Д. Вервес, М.В. Гончаренко та ін. – К.: Либідь, 1994. – 272 с.
38. М’яка Є. Кухня як чинник української національної культури // Березіль / Є. М’яка . – 1997. – № 9/10. – С. 140-155.
39. Маланюк Є. Нариси з історії нашої культури / Є. Маланюк. – К.: Обереги, 1992. – 80 с.
40. Маркевич Н. Обычаи, поверья, кухня и напитки малороссиян / Н. Маркевич. – Киев: Изд. И. Давиденка, 1860. – 174 с.
41. Михайлов В.М., Радченко Л.О., Новікова О.В., Льовшина Л.Д., М’ячиков О.В., Терещенко Л.В. Технологія приготування їжі: Українська кухня: Навчальний посібник / В.М. Михайлов, Л.О. Радченко, О.В. Новікова, Л.Д. Льовшина, О.В. М’ячиков, Л.В. Терещенко. - Х.: Світ книг, 2012. - 537 с.
42. Народ скаже – як зав’яже: Укр. нар. прислів’я, приказки, загадки, скоромовки. Для серед. шк. віку / Упоряд. та передм. Н.С. Шумади; Іл. Ю.І. Криги. – К.: Веселка, 1985. – 173 с.: іл.
43. Ніфсімчук А., Падалка О., Шпак О. Сучасні педагогічні технології / А.Ніфсімчук, О.Падалка, О.Шпак. – К.: Видавничий центр “Просвіта”; Пошуково-видавниче агентство “Книга пам’яті України”, 2000. – 368 с.
44. Новоженев Ю.М., Титюнник А.И. Кулинарная характеристика блюд: Учеб.пособие для техн.училищ / Ю.М. Новоженев, А.И. Титюнник. – М.: Высш.школа, 1982. – 216 с.

45. Огієнко І.І. (Митрополит Іларіон) Історія української літературної мови / Упоряд., авт. іст.-біогр. нарису та приміт. М.С.Тимошик / І.І. Огієнко. – Либідь, 1995. – 296 с.
46. Огієнко Іван. Українська культура: Коротка історія культурного життя українського народу / Передм. М.Г. Жулинського / Іван Огієнко. – К.: Довіра, 1992. – 141 с.: іл.
47. Осипець Р. Критерії оцінки рівня сформованості національної самосвідомості особистості // Рідна школа / Р.Осипець. – 2000. – №1. – С. 17-19.
48. Основи національного виховання: Концептуальні положення / М-во освіти України; Уманський держ. пед. ін.-т. ім. П.Г. Тичини / За заг. ред. В.Г. Кузя, Ю.Д. Руденка, З.О. Сергійчика. – Умань: УДП, 1993. – 108 с.
49. Піскунова І. Народна педагогіка: Виховання здорового способу життя // Рідна школа / І. Піскунова. – 2000. - №1. – С. 52-54.
50. Прилучення учнів до національної культури в процесі трудового навчання / НПУ ім. М.П. Драгоманова; В. Мусієнко, Р. Захарченко, В.Сидоренко, Д. Тхоржевський. – К.: НПУ, 1998. – 122 с.
51. Проектно-технологічна діяльність учнів на уроках трудового навчання: теорія та методика: Монографія. / За заг.ред. О.М.Коберника. – К.: Науковий світ, 2003. – 172 с.
52. Проектно-технологічний підхід як основа оновлення змісту трудового навчання школярів // Трудова підготовка в закладах освіти / В.К.Сидоренко. – 2004. - №1. – С. 4-6.
53. Система виховання національної самосвідомості учнів загальноосвітньої школи: Методичний посібник для вчителів / За ред. Д.О. Тхоржевського. – К.: Видавничий відділ ТДПУ, 1999. – 296 с.
54. Скуратівський В. Святвечір. У 2 к. – К.І / В.Скуратівський. – К.: Перлина, 1994. –288 с.
55. Скуратівський В. Святвечір. У 2 к. – К.ІІ / В.Скуратівський.– К.: Перлина, 1994. – 192 с.: іл.

56. Скуратівський В.Т. Дідух: Свята українського народу /В.Т.Скуратівський. – К.: Освіта, 1995. – 272 с.
57. Скуратівський В.Т. Покуть / В.Т.Суцратівський. – К.: Довіра, 1992. – 236 с.
58. Старовойт Л.Я. Кулінарія: Підручник /Л.Я.Старовойт, М.С. Косовенко, Ж.М.Смирнова. –К.: Вища шк., 1991. – 270 с.
59. Стахмич Т. М., Пахольок О. М. Кулінарне мистецтво : Підручник: У 2 кн. Кн. 1: Технологія приготування їжі / Т. М. Стахмич, О. М. Пахольок.— К. : Грамота, 2008. — 496 с. : іл.
60. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка / М.Г. Стельмахович. – К.: ІЗМН, 1997. – 232 с.
61. Страви на Свят-вечір / Упоряд., автор вступ. сл. Н.Ю.Мельничук. – Львів: Каменяр, 1992. – 16 с.: іл.
62. Страви української кухні / Упоряд. Л.М. Патрікац. – К.: Радянська Україна, 1990. – 104 с.: іл.
63. Сумцов Н. Хлеб в обрядах и песнях / М. Сумцов. – Х., 1885. – 140 с.
64. Супруненко В.П. Народини: Витоки нації, символи, вірування, звичаї та побут українців / В.П.Супруненко. – Запоріжжя: Берегиня, 1993. – 136 с.
65. Сухомлинський В.О. Народження громадянина / В.О. Сухомлинський. – К.: Радянська школа, 1970. – 288 с.
66. Так готують страви на Україні. – К.: Техніка, 1973. – 248 с.
- 67.Трудове навчання та технології. 5–11 класи: навчальні програми, методичні рекомендації про викладання навчального предмета в закладах загальної середньої освіти у 2019/2020 н. р., вимоги до оцінювання / Укл. Дятленко О.М.. – К.: Ранок, 2019. – 64 с.
68. Тхоржевський Дмитро. Деякі зауваження до 12-бальної системи оцінювання // Трудова підготовка / Д. Тхоржевський. – 2000. – 31. – С. 2-3.

69. Тхоржевський Д.О. Методика трудового навчання: У 3 частинах. – Ч.1. – Теорія трудового навчання /Д.О.Тхоржевський. – К.: РННЦ ДІНІТ, 2000. – 248 с.
70. Тхоржевський Д.О. Методика трудового навчання: У 3 частинах. – Ч.2. – Загальні засади теорії трудового навчання /Д.О.Тхоржевський. – К.: РННЦ ДІНІТ, 2000. – 186 с.
71. Украинская кухня / Серия: Кулинарное искусство народов мира. – Х.: Каравелла, РА, 1996. – 224 с.: ил.
72. Украинское народное творчество. Серия VI. Гончарные изделия. Вып. 1-й. Типы украинской гончарной посуды. – Полтава: Изд-е кустарного склада полтавского губерн. земства, 1913. – 26 с.
73. Українська культура: Лекції за редакцією Дмитра Антоновича / Упор. С. Ульяновська; Вст. ст. І. Дзюби; Перед. слово М. Антоновича; Додатки С.Ульяновської. – К.: Либідь, 1993. – 592 с.: іл.
74. Українська кухня / М.Г. Георгієвський, М.Є. Мельник, О.А.Шадуро, О.І. Шемякінський. – 3-є вид., доп. – К.: Мистецтво, 1992. – 304 с.: іл.
75. Українська минувшина: Ілюстрований етнографічний довідник. – 2-е вид. / А.П. Пономарьов, Л.Ф. Артюх, Т.В. Косьміна та ін. К.: Либідь, 1994. – 256 с.: іл.
76. Українська стародавня кухня: Довідник / Упоряд. Т.Л.Шпаковської. – К.: Спалах ЛТД, 1993. – 238 с.
77. Українські назви з куховарства й харчування: Слов. з поясненнями: Близько 3500 назв / Упоряд. Чапленко Н. – Нью-Йорк: Союз українок Америки, 1980. – 113 с.
78. Українські страви / М.Г. Георгієвський, А.С. Шемякінський та ін. 3-є видання. – К.: Держ. видавництво технічної літератури, 1960. – 453с.
79. Українські страви /Під ред. З.В.Богданова. – К.:Техніка, 1964. – 187 с.
80. Украинские национальные блюда. – К.: Доверие, 1992. – 272 с.
81. Ушинський К.Д. Про народність у громадському вихованні // Вибр. пед. твори: В 2 т., т.1 / К.Д. Ушинський. – К.: Радянська школа, 1983. – С. 47.

82. Ушинський К.Д. Рідне слово // Вибр. Твори У 2 т. – Т2 / К.Д.Ушинський. – К.: Радянська школа, 1983.– С. 28.
83. Фізіологія та гігієна харчування / Смоляр В.І. – К.: Здоров'я, 2002. – 336 с.
84. Франко О.Ф. Практична кухня / О.Ф.Франко. – Львів: Каменяр, 1990. – 238 с.
85. Харчування людини і сучасне довкілля: теорія і практика [монографія] / М.І. Пересічний, В.Н. Корзун, М.Ф. Кравченко, О.М. Григоренко. – К.: КНТЕУ, 2003. – 256 с.
86. Цвек Д. На добрий вечір: Святкові рецепти / Д. Цвек. – Івано-Франківськ: Галичина, 1993. – 112 с.
87. Цвек Д.Я. Домашнє печиво / Д.Я. Цвек. – 8-ме вид., доповн. – Львів: Каменяр, 1989. – 136 с.:іл., 20 арк.іл.
88. Цвек Д.Я. Для сім'ї, для гостей / Д.Я. Цвек. – К.: Реклама, 1980. – 140 с.
89. Чупилко Г. Усна народна творчість на уроках праці // Трудова підготовка в закладах освіти / Г.Чупилко. – 2000. - №2. – С. 13-15.
90. Шалимов С.А., Шадура Е.А. Современная украинская кухня / С.А. Шалимов, Е.А.Шадура. – 4-е изд., с изм. – К.: Техника, 1989. – 288 с.
91. Шумило Г.І.Технологія приготування їжі: Навч. посіб. — К.: «Кондор». — 2003.— 506 с.
92. Ящук С. Виконання основних етапів проектування на уроках трудового навчання // Трудова підготовка в закладах освіти / С. Ящук. – 2003. - №4. – С. 13-16.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ТЕМ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ УКРАЇНСЬКОЇ НАРОДНОЇ КУХНІ У ПРОЦЕСІ ГУРТКОВОЇ РОБОТИ

Т Е М А. Вступний урок. Традиційні основи харчування українців

Вплив природно-географічних умов рідного краю на розвиток напрямів господарської діяльності регіону та на формування відповідного набору характерних для української кухні харчових продуктів. Основні види харчових продуктів.

Духовний та фізичний зв'язок людини з навколишнім середовищем (місцевістю, де народилася).

Роль харчування у житті людини. Поживні речовини в харчових продуктах, їх вплив на стан здоров'я людини. Поняття первинної і теплової обробки харчових продуктів.

Вплив екологічного стану навколишнього середовища на якість харчових продуктів. Харчові отруєння та засоби їх попередження.

Кухня, її обладнання. Санітарно-гігієнічні вимоги до їх утримання. Правила безпечної праці при користуванні кухонним обладнанням та інвентарем.

Особливості національної кухні України. Поняття про повсякденні та святкові страви.

Екскурсії

Ознайомлення з тематичними експозиціями, пов'язаними з напрямками господарської діяльності українців, у краєзнавчому музеї чи музеї школи.

Лабораторно-практична робота

Ознайомлення з кухонним посудом, інвентарем, обладнанням та електроприладами, вивчення їх призначення та правил експлуатації.

Практична робота

Тематичний добір матеріалів “Господарська основа харчування українців”.

Проекти

1. Господарська основа харчування українців (оформлення альбому).
2. Зв'язок людини з навколишнім середовищем (стінна газета).
3. Національна кухня України (повідомлення про асортимент щоденних та святкових страв української кухні).
4. Харчові продукти та їх значення для життя людини (повідомлення).

Т Е М А. Місце хліба в щоденному харчуванні українців минулого та сучасного. Бутерброди як холодна закуска

Хліб – один з основних традиційних харчових продуктів українців, його споживча цінність.

Найважливіший напрям сільськогосподарської діяльності українців - хліборобство та пов'язана з ним трудова обрядовість (засівання, обжинки).

Особливості споживання бутербродів в українській кухні минулого та сучасного. Вибір і коротка характеристика харчових продуктів, аналіз способів їх обробки та визначення якості з метою подальшого використання для приготування бутербродів з різними нашаруваннями.

Основні закономірності естетичного оформлення страв.

Технології приготування бутербродів-накладанців. Вимоги до їх якості, оформлення та споживання. Культура приймання їжі.

Правила особистої гігієни. Правила санітарії в процесі приготування їжі. Організація робочого місця. Правила безпечної праці.

Практична робота

Приготування бутербродів.

Орієнтовний перелік страв: бутерброди (накладанці, канапки), потапці, грінки.

Проекти

1. Шануймо хліб і працю хлібороба (повідомлення про відношення українців у минулого до хлібу).
2. Обжинковий коровай (доповідь).

3. Види бутербродів (альбом з ілюстраціями бутербродів, варіантами їх естетичного оформлення).
4. Я – мамина помічниця (приготування бутербродів, подання їх до столу).

Т Е М А. Гарячі напої в українській кухні. Чай, його минуле і сучасне в національній кухні України

Лікувальні властивості чаю з трав та гілочок вишні, груші, малини, глоду та ін. Збирання трав, плодів тощо як допоміжний напрям господарської діяльності українців.

Особливості приготування та вимоги до якості традиційних українських гарячих напоїв. Сучасні погляди на умови споживання гарячих напоїв.

Сервірування чайного столу в українських традиціях. Культура поведінки за столом.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування гарячих напоїв.

Практична робота

Приготування традиційних українських гарячих напоїв.

Орієнтовний перелік страв: чай з лікарських трав та ягід, гілочок (чай липовий, чай малиновий, чай з м'яти, чай з шипшини).

Проекти

1. Гарячі напої в українській кухні (оформлення міні-книги з рецептами).
2. Сервірування столу до чаю в народних традиціях (практична діяльність).
3. Цілющі властивості чаю (стінна газета).
4. Правила споживання гарячих напоїв (повідомлення).

Т Е М А. Національні українські страви з яєць.

Традиції українського писанкарства

Значення яєць у харчуванні українців, їх роль у звичаях і обрядах українського народу. Регіональні особливості українського писанкарства,

характерні технології виготовлення писанок (крашанки, крапанки, мальованки, дряпанки).

Харчова цінність яєць. Види яєць, термін їх зберігання. Правила поєднання яєць з іншими продуктами харчування.

Технології приготування традиційних яєчних страв, їх естетичне оформлення, подання до столу та споживання. Вимоги до якості готових страв.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з яєць.

Лабораторно-практичні роботи

Визначення якості яєць.

Практична робота

Приготування традиційних українських страв з яєць.

Орієнтовний перелік страв: варені яйця - некруто, "в мішечок", круто, яєчня, омлет, пряження.

Проекти

1. Українська писанка (практичне виготовлення української писанки).
2. Символи писанок України (плакат).
3. Страви з яєць в українській кухні (інструкційно-технологічні карти).
4. Оздоблення дитячих страв (практична діяльність по виготовленню з яєць квіточок "ромашка", "дзвіночок", фігурок "гномик", "лісовик", "комашка", "жабка", "ишка", "черепашка" та ін.).

Т Е М А. Харчові обмеження в українській системі харчування

Сучасний напрям харчування – вегетаріанство

Харчові обмеження, заборони, переваги в українській кухні. Великий піст. Значення овочів та фруктів у щоденному харчуванні українців сучасного та минулого.

Вегетаріанство як система харчування. Філософський смисл вегетаріанства.

Режим харчування як важлива складова культури харчування людини. Особливості збалансованого і розбалансованого харчування, їх вплив на організм людини.

Поняття енергетичної цінності харчових продуктів.

Екскурсії

Ознайомлення учнів з обладнанням, особливостями приготування та споживання традиційних українських страв в умовах громадського чи приватного харчового підприємства з національною українською кухнею.

Практична робота

Визначення харчової цінності овочевих страв.

Проекти

1. Великий піст (реферативні роботи з описом харчування під час постів, асортимент страв, їх рецептури).
2. Джерело енергії для існування людини (визначення енергетичної цінності страв).
3. Раціональне харчування в традиціях українського народу (рекламна акція).
4. Їжа і здоров'я (стінна газета).

Т Е М А. Овочеві салати. Традиційні другі страви з овочів у національній українській кухні

Традиційні овочі України, їх споживча цінність. Городництво - напрям господарської діяльності українців. Способи зберігання овочів.

Різновиди овочевих салатів в українській кухні. Другі страви з картоплі та інших овочів.

Інструменти та пристрої для обробки і нарізування овочів. Способи і форми нарізування овочів. Технології приготування національних українських овочевих страв. Вимоги до якості, оформлення готових страв та подання їх до столу.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з овочів.

Практична робота

Приготування традиційних українських овочевих салатів.

Приготування других страв з картоплі та інших овочів.

Орієнтовний перелік страв: овочеві салати (мішанина), деруни, картопляники, картопляні завиванці з різними начинками, горохляники, січеники з цвітної капусти, гарбузова каша, голубці з пшоном.

Проекти

1. Овочеві страви української кухні (інструкційні картки з технологією приготування страви за вибором).
2. Подорож у минуле (збір старовинних рецептів овочевих страв).
3. Оздоблювальні елементи з овочів (практична діяльність з фотофіксацією результатів, виготовлення каталогу).
4. Овочі – основне джерело вітамінів (таблиця).

Т Е М А. Перші страви. Борщ на овочевому відварі як повсякденна національна українська страва

Борщ у традиційній кухні України. Способи і форми нарізування овочів для українського борщу. Технології приготування перших страв на овочевих відварах, особливості споживання та вимоги до якості.

Національні традиції сервірування столу до обіду. Народний етикет: традиційна гостинність українців.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування перших страв.

Практична робота

Приготування перших страв на овочевих відварах.

Орієнтовний перелік страв: борщ холодний буряковий, борщ з квасолею, зелений борщ, юшка горохова з салом.

Проекти

1. Сервірування столу до обіду у народному стилі (практична діяльність).
2. Традиційна гостинність українців (тематичний захід).
3. Гігієна приготування та приймання їжі (рекламний ролик).
4. Групи овочевих культур (плакат).

Т Е М А. Солодкі страви з овочів, фруктово-ягідні напої з продуктів місцевого походження

Асортимент солодких овочевих страв української кухні. Технології приготування солодких страв з овочів. Вимоги до оформлення та якості готових страв. Подання їх до столу.

Узвар у щоденному та святковому меню українців. Набір продуктів для його приготування та характеристика напряму господарської діяльності - садівництва. Свято Спаса, його зміст. Традиційні способи зберігання фруктів, ягід. Правила приготування, подання до столу і споживання напоїв. Вимоги до їх якості.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з овочів, фруктово-ягідних напоїв.

Практична робота

Приготування солодких овочевих страв.

Приготування фруктово-ягідних напоїв.

Орієнтовний перелік страв: бабка з морквою, печений гарбуз, гарбуз тушкований з яблуками, узвар, кисіль, драглі з ягід, галушки яблучні, напій з ревеню.

Проекти

1. Асортимент холодних напоїв в українській кухні (набір інструкційно-технологічних карт).
2. Я – дизайнер (виготовлення муляжів продуктів для оформлення інтер'єру кухні).
3. Способи зберігання фруктів, ягід (оформлення журналу).

4. Солодкі страви з фруктів і ягід в українській кухні (повідомлення).

Т Е М А. Обрядовість у національній кухні України.

Поняття про обрядові страви

Українська система харчування: режим повсякденного харчування українців у минулому, асортимент обрядових страв, звичаї, пов'язані з приготуванням та споживанням їжі.

Культурно-побутові традиції регіону: українська хата, її інтер'єр, розподіл простору на зони; вариста піч, принцип її дії; традиційний посуд, його застосування.

Експерсії

Ознайомлення з матеріальною культурою українців: побутом, їжею та посудом в умовах експозицій краєзнавчого музею.

Практична робота

Виготовлення альбому замальовок "Традиційний посуд українців".

Проекти

1. Інтер'єр української хати (макет).
2. Традиційний посуд українців (альбом замальовок).
3. Обрядові страви (рекламний буклет).
4. Я – етнограф (збір матеріалів про харчування мешканців міста чи села в минулому та сьогоденні, організація виставки).

Т Е М А. Страви з крупів. Символічне значення каші в обрядовій їжі українців

Види крупів, значення їх у харчуванні людини, споживча цінність крупів та страв з них.

Каша як щоденна та обрядова страва українців (кутя як головна страва Святвечора, обрядова страва на хрестинах – "бабина каша", коливо як ритуальна страва поминального обряду, звичай заковування горщика каші під час обряду замовляння вулиці).

Технології приготування традиційних українських страв з крупів; розсипчастих, в'язких та рідких каш. Естетичне оформлення приготованих страв, особливості подання їх до столу та споживання. Вимоги до якості готових страв. Сервірування столу до сніданку в народних традиціях.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з крупів.

Лабораторно-практична робота

Визначення виду та якості крупів за зовнішніми ознаками.

Практична робота

Приготування страв з крупів.

Орієнтовний перелік страв: круп'яні каші (різної консистенції), крупник, пшоняники, битки гречані, бабка рисова з яблуками.

Проекти

1. Сервірування столу до сніданку в народному стилі (практична діяльність).
2. Каша як обрядова страва (реферативні роботи з описом свят, обрядів, звичаїв, для яких готується каша).
3. "Свят-вечірня трапеза" (оформлення свят-вечірнього столу, приготування куті, узвару).
4. Обряд приготування "бабиної каші" (сюжетно-рольова гра).

Т Е М А. Борошняні вироби, національні українські страви з них.

Значення борошняних виробів у харчуванні українців

Традиції споживання макаронних виробів в українській сім'ї. Макаронні вироби, технології приготування національних страв з них. Вимоги до якості готових страв, їх естетичного оформлення.

Локшина як святкова страва українців. Спосіб приготування та особливості споживання. Принцип розрахунку вартості страв.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з макаронних виробів.

Лабораторно-практична робота

Визначення виду та якості макаронних виробів за зовнішніми ознаками.

Практична робота

Приготування традиційних страв з борошняних виробів.

Орієнтовний перелік страв: відварені макаронні вироби, макаронник, локшина з шинкою, бабка з локшини з сиром.

Проекти

1. Види макаронних виробів (виготовлення колекції зразків).
2. Локшина - святкова страва українців (інструкційно-технологічна карта, практичне приготування локшини та страви з неї, доповідь про особливості споживання локшини у минулому).
3. Уміла господиня (розрахунок вартості страв, приготованих до сніданку на родину з чотирьох осіб).
4. Культура поведінки за столом (реklamний ролик).

Т Е М А. Молоко та молочні продукти, особливості їх споживання в національній українській кухні

Молоко і молочні продукти та їх значення в харчуванні українців.

Прийоми визначення якості молока.

Національні українські страви з молока і молочних продуктів, технології їх приготування, особливості подання до столу та споживання. Вимоги до якості готових страв.

Місце молока та страв з молочних продуктів у меню українців протягом року. Традиції у харчуванні українців під час Сиропусного тижня (Масляної), їх вплив на організм людини.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з молока та молочних продуктів.

Лабораторно-практична робота

Визначення якості молока та молочних продуктів за зовнішніми ознаками.

Практична робота

Приготування страв з молока та молочних продуктів.

Орієнтовний перелік страв: сирники, налисники з сиром, вареники з сиром, сирна бабка, палянички із сиру.

Проекти

1. "Масляна, Масляна, яка ти мала..." (збір старовинних рецептів страв).
2. Готуємо самостійно (практична робота по отриманню молочних продуктів з молока – кисляку, сметани, сиру, сироватки).
3. Склад поживних речовин у молоці (повідомлення).
4. Корисні поради (оформлення журналу корисних порад щодо бережного відношення до продуктів харчування, їх економії).

Т Е М А. Сучасні теорії правильного харчування, їх аналіз у порівнянні з традиційним харчуванням українців

Культура споживання харчових продуктів. Провідні теорії в галузі харчування порівняно з традиціями української кухні.

Раціональність харчування українців минулого.

Лікувальне харчування. Кулінарні прийоми, що використовуються в лікувальному харчуванні. Характеристика дієт.

Лікувально-профілактичне харчування.

Меню, його значення в повноцінному харчуванні. Види меню. Принципи складання меню.

Практична робота

Складання меню на добу з урахуванням засад правильного харчування, визначення харчової цінності страв, розрахунок їх вартості.

Проекти

1. Сучасні системи харчування (реферативні роботи з описом сучасних систем харчування).
2. Народна мудрість про раціональне харчування (стінна газета).

3. Здорова родина (складання меню на добу з урахуванням основ правильного харчування).
4. Лікувальне харчування (повідомлення).

Т Е М А. Українські м'ясні страви, культура споживання м'ясних страв

Споживання м'ясних страв в Україні. Традиційні різдв'яний та новорічний столи. Харчові обмеження споживання м'ясних страв в українській системі харчування.

Тваринництво як один з провідних напрямів господарської діяльності українців. Давні способи зберігання м'ясних продуктів.

Види м'яса. Харчова цінність м'яса. Обладнання, інструменти, необхідні для обробки м'ясних продуктів. Асортимент м'ясних напівфабрикатів.

Правильне поєднання м'яса з іншими продуктами харчування. Технології приготування м'ясних страв за рецептами національної української кухні. Вимоги до якості та оформлення готових страв. Особливості їх споживання.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв з м'яса.

Лабораторно-практична роботи

Визначення якості м'яса за зовнішніми ознаками.

Практична робота

Приготування м'ясних страв.

Орієнтовний перелік страв: душенина, голубці з м'ясом, завиваники м'ясні, печеня.

Проекти

1. Традиційний різдв'яний стіл (повідомлення).
2. Сервірування сучасного святкового столу (практична діяльність).
3. Давні та сучасні способи зберігання м'ясних продуктів (плакат).
4. Принципи раціонального харчування (доповідь).

Т Е М А. Національні українські страви з риби.

Особливості їх споживання у минулому та сучасному

Рибні страви в традиційній кухні українців. Допоміжний напрям господарської діяльності - рибальство. Способи зберігання риби.

Поживна цінність риби та страв з неї. Обладнання, інструменти для обробки риби. Рибні напівфабрикати.

Технології приготування українських страв з риби. Вимоги до якості, естетичного оформлення та подання страв до столу. Правила споживання рибних страв.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування рибних страв.

Лабораторно-практична роботи

Визначення якості риби за зовнішніми ознаками.

Практична робота

Приготування традиційних українських страв з риби.

Орієнтовний перелік страв: рибні товченики, риба смажена, рибні крученики, баба-шарпанина з риби.

Проекти

1. Національні українські страви (доповіді по приготовлених стравах, інструкційні карти з ілюстраціями й технологіями приготування).
2. Давні та сучасні способи зберігання риби (плакат).
3. Види річкової риби (альбом з ілюстраціями).
4. Цікавинки (картотека корисних порад щодо технології приготування страв з різних груп харчових продуктів).

Т Е М А. Перші страви на бульйонах в національній кухні України

Місце перших страв у традиційній кухні українців. Технології приготування рибних та м'ясних бульйонів. Технології приготування традиційних перших страв на бульйонах, вимоги до їх якості. Доцільність поєднання харчових продуктів з точки зору правильного харчування.

Сервірування святкового столу в народних традиціях. Особливості подання перших страв.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування та подання перших страв.

Практична робота

Приготування традиційних українських перших страв на бульйонах.

Орієнтовний перелік страв: червоний борщ, юшка з риби.

Проекти

1. Сервірування святкового столу у народному стилі (практична діяльність).
2. Борщ – традиційна українська страва (міні-книга з відтвореними рецептами приготування борщів у різних регіонах України).
3. Здоровий спосіб життя (реклама).
4. Фізіологічне значення поживних речовин, їх джерела (таблиця).

Т Е М А. Хліб та вироби з тіста в українській обрядовості

Місце страв та виробів з тіста в національній кухні України. Хліб як найголовніший атрибут весільної обрядовості. Обрядові печені вироби (коровай, дивень, лежень, калач, шишки, корочун, калита, жайворонки, голубки).

Значення борошняних страв та виробів у харчуванні людини. Борошно – основний продукт для приготування тіста. Гатунки борошна. Харчова цінність і якість борошна, умови його зберігання. Види тіста.

Обладнання кухні для приготування виробів із тіста. Правила безпечної праці та санітарно-гігієнічні вимоги. Пожежна безпека.

Екскурсії

Ознайомлення учнів з асортиментом національних українських страв з борошна та виробів з тіста в умовах рекламних виставок кондитерських підприємств.

Ознайомлення учнів в умовах хлібозаводу з сучасним обладнанням для обробки тіста, напівфабрикатів з нього.

Лабораторно-практична робота

Визначення доброякісності борошна за зовнішніми ознаками.

Практична робота

Виготовлення альбому із замальовками та описом обрядових виробів з тіста.

Проекти

1. Хліб – усьому голова (тематичний захід).
2. Коровай – атрибут весільної обрядовості (комп'ютерні варіанти повідомлень про особливості випікання весільного короваю в різних регіонах України).
3. Жінка – берегиня домашнього вогню (стінна газета).
4. Обрядові вироби з тіста (альбом із замальовками та описом виробів).

Т Е М А. Національні українські страви та вироби з прісного тіста

Варені страви з прісного тіста у повсякденній кухні українців минулого. Символічне значення вареників у родильній обрядовості.

Печені та смажені вироби з прісного тіста. Свято Маковія, традиційні вироби з тіста, що готувалися до нього.

Технологія приготування прісного тіста. Технології приготування страв української кухні та виробів з прісного тіста. Вимоги до їх якості.

Сервірування столу до вечері в народних традиціях.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування страв та виробів з тіста.

Практична робота

Приготування прісного тіста.

Приготування страв та виробів з прісного тіста.

Орієнтовний перелік страв та виробів: затірка, галушки, вареники, варяниці, коржі, млинці, пироги, пундики.

Проекти

1. Сервірування столу до вечері у народному стилі (практична діяльність).

2. Традиційні українські вироби з прісного тіста (доповіді по приготовлених виробах).
3. Класифікація видів тіста (плакат).
4. Рукавичка-прихватка (практична діяльність).

Т Е М А. Традиційні вироби з учиненого тіста в українській кухні

Традиційні печені та смажені вироби з учиненого тіста, особливості їх споживання в щоденній та святковій кухні українців. Мандрики як обрядове печиво.

Технологія приготування дріжджового тіста. Технології приготування виробів з дріжджового тіста за рецептами національної української кухні. Правила подання їх до столу та споживання. Вимоги до якості готових виробів.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування виробів з тіста.

Практична робота

Приготування дріжджового тіста.

Приготування виробів з дріжджового тіста.

Орієнтовний перелік виробів: пампушки, пироги, книші, перепічка, мандрики, горішки, гречаники, оладки.

Проекти

1. Сватання (тематичний захід).
2. Вироби з дріжджового тіста (технологічні схеми приготування виробів з дріжджового тіста, приготовленого опарним та безопарним способом).
3. Обряд “бгання весільного короваю” (сюжетно-рольова гра).
4. Цикл календарних свят (таблиця).

Т Е М А. Вироби зі здобного та пісочного тіста в національній кухні українців

Вироби зі здобного та пісочного тіста, особливості їх споживання українцями в минулому та сучасному.

Паска – головна страва Великодня, особливості її приготування та споживання.

Технологія приготування здобного тіста. Технологія приготування пісочного тіста. Технології приготування традиційних українських виробів зі здобного та пісочного тіста, подання їх до столу, споживання. Вимоги до якості готових виробів.

Організація робочого місця, санітарно-гігієнічні вимоги, правила безпечної праці під час приготування та виробів з тіста.

Практична робота

Приготування здобного тіста.

Приготування пісочного тіста.

Приготування традиційних українських виробів зі здобного та пісочного тіста.

Орієнтовний перелік виробів: медівники, паска, вертуни з фруктовими начинками, вергуни.

Проекти

1. Чекаємо гостей (приготування виробів зі здобного тіста, подання їх до столу).
2. Печені вироби з тіста (виготовлення муляжів виробів з тіста).
3. Їжа – важливий компонент матеріальної культури народу (виставковий стенд).
4. Сімейні свята та обряди (таблиця).