Министерство образования и науки Алтайского края

КГБПОУ «Благовещенский строительный техникум»

**КУЛИНАРНЫЙ ПОЕДИНОК**

 **«СЫТЫЙ СТУДЕНТ»**

Методическая разработка воспитательного мероприятия

Степное Озеро

 2024

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО методической комиссией классных руководителейот «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_ Председатель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ю.В. Хмелевская | РЕКОМЕНДОВАНОметодическим советомот №\_\_\_\_\_\_ПредседательО.В. Демьянова |

Составитель: Хомколова Н. С., воспитатель КГБПОУ «Благовещенский строительный техникум»

Рецензент: Данильченко Т.Т., методист КГБПОУ «Благовещенский строительный техникум»

Методическая разработка «Кулинарный поединок «Сытый студент» составлена с целью оказания помощи воспитателям в проведении воспитательного мероприятия по формированию навыков правильного питания у студентов, проживающих в общежитии.

В методической разработке описана методика подготовки и проведения конкурса.

# Содержание

### Введение …………………………………………………………………………… 3

### 1 Методика подготовки и проведения мероприятия ……………………………. 5

2 Сценарий конкурса ……………………………………………………………… 6

Заключение …………………………………………………………………………8

Приложение А – Задание 1. Геометрические построения ……………………… 9

#### Приложение Б – Лист оценки ……………………………………………………..10

#### Список использованных источников ……………………………………………..10

**Введение**

Современный мир  — это мир прогрессивных технологий, модернизации, глобализации,  стремления  к  новому,  неизведанному. Воспитание  студентов  в современном учреждении системы СПО осуществляется в парадигме развивающегося образования. Опыт показывает, что педагогические задачи успешно решаются лишь при сочетании учебно-воспитательной работы с целенаправленным воздействием на студента во внеурочное время. Практика свидетельствует: чем разнообразнее по форме и богаче по содержанию жизнь студентов в техникуме, общежитии, тем успешнее развиваются их творческие способности, раскрываются сильные стороны личности молодых людей, плодотворнее протекает процесс воспитания.

В последнее время возрос интерес населения к здоровому питанию, натуральным продуктам. Экологически чистые и натуральные продукты стоят недёшево, и как следствие, часто подделываются.

 Воспитательное мероприятие кулинарный поединок «Сытый студент» разработано, следуя здоровьесберегающему направлению воспитательной работы в общежитии, целью которого является поддержание и укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни.

Как правило, студенты, проживающие в общежитии, питаются продуктами быстрого приготовления, полуфабрикатами, фастфудом. Мероприятие показывает студентам, что приготовить здоровую, правильную и вкусную пищу можно за короткий период времени и из простых и доступных продуктов. Мероприятие также имеет культурно-эстетическую и творческую функции.Здоровье – это правильная, нормальная деятельность организма, его благополучие. Научить этому, а другими словами, научить подростков вести здоровый образ жизни, вырабатывать разумное отношение к собственному здоровью и труду. Так же важной задачей является – задача сплочение коллектива, умение работать в команде, находить совместные решения поставленных задач.

На современном этапе развития образования, актуальным становится внедрение инновационных форм, для формирования профессиональных компетенций студентов. Одной из эффективных форм формирования профессиональных компетенций, является такая современная форма, как кулинария.

Кулинария - это открытая педагогическая форма, позволяющая демонстрировать новые возможности развития профессионализма и творческих способностей, как воспитателя, так и участников.

Для успешного проведения необходимо его теоритическое обоснование и четко отработанная технология процесса, что позволит, связано и последовательно провести мероприятие.

Кулинария дает студентам возможность организовывать собственную деятельность, понимать сущность и социальную значимость кулинарного процесса.

# Установлено, что основными компонентами здорового образа жизни являются: рациональный режим, правильное питание, рациональная двигательная активность, сохранение стабильного психоэмоционального состояния.

**Цель:** создание среды, способствующей физическому и нравственному оздоровлению студентов, поддержанию уровня имеющегося здоровья его укреплению, формированию навыков, здорового образа жизни, воспитанию культуры здоровья.

**Задачи:**

- развитие творческого потенциала и способности к самовыражению;

- воспитание у студентов культуры быта;

- осознавать приоритетную ценность личности человека: уважать собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности для достижения личностного результата;

- брать на себя ответственность за работу членов команды и результат выполнения заданий.

**Воспитательная:**

Формировать у студентов самостоятельность при выполнении задания, закрепить навык самоконтроля и взаимовыручки. Воспитать бережное отношение к инвентарю, аккуратность и внимательность в работе, соблюдение правил техники безопасности.

**План мероприятия:**

Конкурс проводится среди студентов общежития.

**Место проведения** – кухня общежития №2, комната питания.

**Визитная карточка** – девиз участников конкурса, учитывается умение представить свою команду (время 2-3мин.)

**Оборудование:**

* Столы, скатерти
* Поварские колпаки
* Кухонный инвентарь (разделочные доски, ножи, посуда)
* Продукты
* Листы бумаги, ручки

**1 Методика подготовки и проведения мероприятия**

Подготовка к конкурсу ведётся в течение недели. Среди студентов, проживающих в общежитии, подбираются две команды по четыре человека в каждой. Обучающиеся заранее получают условия проведения мероприятия, придумывают названия команд, накапливают материал*.*Воспитатель проводит консультации с группами, чтобы подготовить их мероприятию.

Заранее выбираются члены жюри из студентов и сотрудников общежития.

В общежитии имеется кухня, оснащенная электроплитами. Для приготовления блюд приобретается набор продуктов. Предусматривается единообразная форма (фартуки, колпаки) для каждой команды, перчатки.

Время проведения: 1 час 10 мин.

План мероприятия.

1. Вступление
2. Инструктаж по технике безопасности.
3. Основная часть:
* представление участников, представление жюри;
* постановка задач, условия;
* приготовление блюд (40 мин).
1. Подведение итогов, объявление победителей.

**2 Сценарий конкурса**

**1 Вступление**

**Ведущий 1:** Друзья сегодня у нас на нашей уютной общежитской кухне будет весело и вкусно. Будут скворчать сковородки, летать ложки и вилки, крутиться тарелки, звенеть кастрюли. Будут носиться по кухне наши повара. Потому что у нас сегодня кулинарный поединок **«Сытый студент»**

Чтобы наше мероприятие обошлось без жертв и все остались целы и невредимы, прослушайте инструктаж по технике безопасности.

**2 Воспитатель проводит инструктаж по технике безопасности.**

**3 Основная часть**

**Ведущий 2:** Представление команд: У нас есть 2 команды состоящей из 4 человек. Команда должна иметь название (имеющее отношение к еде и студентам). Команда должна сама обеспечить себя набором посуды для приготовления (ложки, вилки, ножи, кастрюля, сковорода); тарелки для сервировки предоставляются.

Команда 1 (название команды, состав участников, раздать поварские колпаки при представлении).

Команда 2 (название команды, состав участников, раздать поварские колпаки при представлении).

**Ведущий 1:** Представляем вам членов жюри, которые будут следить за временем и оценивать ваши кулинарные шедевры. (В состав членов жюри входят воспитатели и члены студенческого совета).

Постановка задач, чтение условий поединка. (Зачитываются условия Приложение А).

 Участники конкурса должны будут за 40 мин приготовить 3 блюда из представленных продуктов. Продукты участники узнают только перед приготовлением.

Участники заранее не знают, какие конкретно блюда они должны приготовить.

Каждое блюдо должно быть красиво оформлено и сервировано.

 По истечению времени жюри оценивает приготовленные блюда по трем позициям по пятибалльной системе.

Критерии:

- вкусовые качества (1-5 баллов);

- название, соответствие названию (1-5 баллов).

- эстетичность оформления (1-5 баллов).

При подведении итогов баллы, поставленные каждым членом жюри суммируются и выбираются победители.

**Ведущий 2:** Но вы еще не знаете, что будите готовить и из чего! Открываем самую главную интригу за 40 мин вам нужно приготовить 3 блюда:

1. Салат.

2. Горячее блюдо с макаронами.

3. Бутерброд любого вида (сэндвич, бургер, классический бутерброд, канапэ).

 А сейчас внимание – ПРОДУКТЫ (помощники выносят 2 пакета с продуктами, одинаковыми для обеих команд). Мы подготовили для вас очень простой набор продуктов, давайте посмотрим, что в нем находится:

- помидор - 2 шт

- хлеб белый – 3 шт

- фарш - 0,5 кг

- колбаса - 200 гр

- Огурец - 1 шт

- Зелень - 2 шт

- Морковь – 5 шт

- Лук - 1 шт

- Салат листовой - 2 шт

- Майонез - 2 шт

- Яйца - 2 шт

У вас есть 10 минут, чтобы спланировать. Что вы будите готовить. Продукты можно использовать не все.

**Ведущий 1:** Время пошло (засекаем) каждые 10 минут члены жюри напоминают, сколько времени осталось. Воспитатель следит за приготовлением, помогает спланировать при необходимости, задает вопросы.

Вопросы во время приготовления.

- решили, что будите готовить

- с чего начнете?

- чем будите заправлять салат?

- какой бутерброд приготовите?

- знаете, как варить макароны? и т.д. Итак, время вышло, прошу предоставить ваши блюда для оценки жюри.

**Ведущий 2:** Подведение итогов. Жюри оценивает блюда по 3 позициям по следующим критериям:

-вкусовые качества (1-5 баллов);

-эстетичность оформления (1-5 баллов);

-название, соответствие названию (1-5 баллов).

**Заключение**

Выбранная тема актуальна для нашего времени, потому что плохое состояние здоровья человека приводит к стрессам, вызывает плохое настроение, чувство усталости и даже создает проблемы с самооценкой. «Здоровый образ жизни» - это та тема мероприятия, в которой воспитатели должны уделять большое внимание в любой возрастной группе студентов. Может меняться содержание продуктов, применяемые методики, но суть мероприятий остается одна: человек должен выбрать здоровую жизнь, благополучие и долголетие.

Целью данного мероприятия являлось создание условий для формирования ценностного отношения обучающихся к своему здоровью и расширению представлений о факторах, влияющих на здоровье. При этом важно было не просто зафиксировать и предоставить результат важно, чтобы студенты разносторонне осознали этот результат и выработали к нему собственное, личностное отношение.

По мнению коллег, мероприятие прошло на высоком уровне. Его содержание соответствовало теме, целям и задачам. Обучающиеся представили интересные, содержательные кулинарные шедевры. По каждому блюду сделаны выводы и даны рекомендации.

Студенты были активны и положительно настроены, проявляли устойчивое внимание на всех его этапах. Организация и проведение мероприятия способствует развитие личности во всех предполагаемых сферах деятельности: творческой, мотивационной, поведенческой, эмоциональной, личностной, в сфере общения и взаимоотношений.

После подведения итогов воспитатель делает вывод, что готовить здоровую вкусную пищу можно приготовить быстро и недорого. В заключении все участники дегустирую приготовленные блюда, устраивается чаепитие.

**Приложение А**

**Условия и критерии кулинарного поединка**

(Выдаются участникам заранее для подготовки)

1. В конкурсе принимают участие 2 команды.

2. Команда состоит из 4 человек.

3. Команда должна иметь название (имеющее отношение к еде и студентам)

4. Команда должна сама обеспечить себя набором посуды для приготовления (ножи, вилки, ложки, кастрюля, сковорода) Тарелки для сервировки предоставляются.

5. Участники должны будут за 40 мин приготовить 3 блюда из представленных продуктов. Продукты участники узнают только перед приготовлением.

6. Участники заранее не знают, какие конкретно блюда они должны приготовить

7. Каждое блюдо должно быть красиво сервировано.

 По истечению времени жюри оценивает приготовленные блюда по следующим критериям: каждое блюдо оценивается по трем позициям по пятибалльной системе:

- вкусовые качества (1-5 баллов);

- название, соответствие названию (1-5 баллов).

- эстетичность оформления (1-5 баллов).

8. При подведении итогов баллы, поставленные каждым членом жюри суммируются и выбираются победители.

**Приложение Б**

**Раздаточный лист для жюри**

**Кулинарный поединок**

 **«Сытый студент»**

БЛЮДО № 1

ВКУСОВЫЕ КАЧЕСТВА \_\_\_\_\_\_\_\_

НАЗВАНИЕ БЛЮДА \_\_\_\_\_\_\_\_\_

СЕРВИРОВКА \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

БЛЮДО №2

ВКУСОВЫЕ КАЧЕСТВА \_\_\_\_\_\_\_\_\_

НАЗВАНИЕ БЛЮДА \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СЕРВИРОВКА \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

БЛЮДО № 3

ВКУСОВЫЕ КАЧЕСТВА \_\_\_\_\_\_\_\_\_

НАЗВАНИЕ БЛЮДА \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СЕРВИРОВКА \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Список использованных источников

1. А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. –К.: ООО «Издательство Арий», М.: ИКТЦ «Лада», 2009-680с.

2.Н.И. Андонова «Организация и ведение процессов приготовления, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания», Москва: Академия, 2018-256с.

3. Н.А. Анфимова «Кулинария» учебник \Н.А. Анфимова – Москва:Академия 2013-400с

4. https://vse-kursy.com/read/228-top-15-kulinarnyh-kursov-chtoby-nauchitsya-vkusno-gotovit.html - кулинарные курсы для начинающих.

5. https://novikovschool.com/ -кулинарная школа и школа ресторанного менеджмента.

6. https://pirexpo.com/ПИР