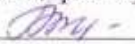



УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 9»  
(МБОУ «СШ № 9»)

РАССМОТРЕНО:  
На заседании МО  
художественно-эстетического цикла  
протокол № 1  
от «01» сентября 2021 г.

СОГЛАСОВАНО:  
зам. директора по ВР  
 - Е.В. Карцева  
«01» сентября 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СШ № 9»  
 А.Н. Никитич  
«01» сентября 2021 г.

**ПРОГРАММА ПО РЕАЛИЗАЦИИ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ  
КУЛИНАРНОГО КРУЖКА «СМАК»**

**(108 часов, 5-8 класс)**

Срок реализации: 3 года  
Педагог ДО: Рудакова Елена Владимировна,  
учитель технологии

Норильск, 2021 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Введение

Кухня – это в своем роде искусство, которое приобретается не годами, а десятками лет опыта. И этот десяток лет неопытности иногда очень дорого обходится, особенно молодым людям. И нередко приходится слышать, вследствие этого, и о неудовольствиях в семейной жизни, отсутствием взаимопонимания.

Также домашняя кухня – далеко не маловажный фактор, определяющий здоровье человека. Хорошее рациональное питание (что совершенно не значит сверхизысканное и очень дорогое) предупреждает отклонения в здоровье, возникновение напряженности, агрессивности, просто плохого настроения.

Молодые люди редко осознают, что сытный завтрак может дать заряд хорошего настроения на весь предстоящий день, "пропущенный" же завтрак уже в полдень может стать причиной конфликта на работе, а позже завершится домашней ссорой.

Очень важно организовать свой быт так, чтобы еда приносила радость, была полезной, немудреной и аппетитной.

### Актуальность программы

*Цель программы творческого объединения «Смак»:*

- подготовка учащихся к самостоятельной жизни в условиях рыночной экономики;
- формирование навыков самостоятельного приготовления разнообразной и здоровой пищи.

*Задачи:*

- формировать начальные общетрудовые умения ручного труда, основы трудовой культуры;
- способствовать профессиональному самоопределению через формирование основных знаний, умений и навыков приготовления пищи, особенностях кулинарной обработки;
- приобщать к истокам культуры, к национальным и семейным традициям;
- способствовать творческому развитию детей;
- вырабатывать навыки здорового образа жизни

### Структура программы

Образовательная программа внеурочной деятельности «Смак» направлена на оказание дополнительной помощи учащимся в производственном обучении и профессиональной подготовке. Она играет важную роль в воспитании учащихся, в развитии творческих способностей, повышает инициативу и предприимчивость. Занятия во внеурочной деятельности позволяют развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего творчества. У учащихся формируются навыки в приготовлении блюд и их эстетического оформления.

Основными целями и задачами программы является получение дополнительных знаний, умений и навыков по кулинарии, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности и применения в быту. Особенностью данной программы является то, что у учащихся появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны.

Программа имеет свою специфику. В результате занятий, во внеурочной деятельности учащиеся должны получить не только знания и умения,

отвечающих стандарту общего образования, но и закрепить свои практические навыки в условиях дома.

План внеурочной деятельности составлен с учетом условий технической базы кабинета технологии.

### **Организация деятельности творческого объединения**

Программа работы творческого объединения рассчитана на одногодичное обучение. Кружок комплектуется из учащихся 5 классов. Оптимальное количество детей в группе для успешного освоения программы - 12 человек. Практика показала, что учащиеся данного возраста успешно и с интересом занимаются во внеурочной деятельности по кулинарии. Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогают им в повседневной жизни. Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. Набор детей свободный. Набор и комплектование группы проводится один раз в год, в сентябре месяце.

Занятия проводятся по 2 часа в неделю, всего 72 часа в год. Продолжительность учебного часа - 45 минут.

### **Характеристика ожидаемых результатов**

Результаты обучения представлены в требованиях к уровню подготовки и содержит три компонента:

Знать - Понимать – перечень необходимых для усвоения каждым учащимся знаний.

Уметь – владение конкретными навыками практической деятельности, а так же компонент, включающий знания и умения ориентированный на решение разнообразных задач.

Результаты обучения сформированы в требованиях в обобщенном виде.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:** по программе в наиболее обобщенном виде могут быть сформированы как овладение трудовыми и технологическими знаниями и умениями по преобразованию материалов, необходимых для создания продуктов труда в соответствии с их предполагаемыми функциональными и эстетическими свойствами умения оценивать свои интересы и склонность к изучаемым видам трудовой деятельности, составлять жизненные планы, навыки самостоятельного планирования и ведения домашнего хозяйства. Формирование культуры труда, уважительное отношение к труду и результатам труда. Использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни.

**УУД направлены на достижение планируемых результатов.**

Различают три группы планируемых результатов:

1. **Предметные универсальные учебные действия** – лежат в основе изучения самого предмета (опыт получения, преобразования и применения предметных знаний).

2. **Метапредметные универсальные действия** – центральной составляющей является формирование умения у учащихся работать с информацией (извлекать её, анализировать, воспринимать). Отражают межпредметные понятия.

**3. Личностные универсальные учебные действия** – эмоциональность и нравственность в изучении предмета, развитии толерантности, здорового образа жизни.

Универсальные учебные действия - это навыки, которые надо закладывать в начальной школе на всех уроках. Универсальные учебные действия можно сгруппировать в четыре основных блока:

#### **Личностные результаты**

Умения самостоятельно делать свой выбор в мире мыслей, чувств и ценностей и отвечать за этот выбор

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

Умения организовывать свою деятельность

#### **Познавательные УУД**

Умения результативно мыслить и работать с информацией в современном мире

#### **Коммуникативные УУД**

Умения общаться, взаимодействовать с людьми

Личностные (нравственно-оценочные умения)

- оценка своих и чужих поступков

Личностные универсальные учебные действия выражаются формулами «Я и природа», «Я и другие люди», «Я и общество», «Я и познание», «Я и Я», что позволяет ребенку выполнять разные социальные роли («гражданин», «школьник», «ученик», «собеседник», «одноклассник», «пешеход» и др.).

Регулятивные универсальные учебные действия (организация умения)

- организация своих дел, решения проблем.

Отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

Познавательные универсальные учебные действия (интеллектуальные умения)-обработка информации

Система способов познания окружающего мира, построения самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации

Коммуникативные универсальные действия (коммуникативные умения)

- общение с людьми.

Обеспечивают возможности сотрудничества: умение слышать, слушать и понимать партнера, планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться, вести дискуссию, правильно выражать свои мысли, оказывать поддержку друг другу и эффективно сотрудничать как с учителем, так и со сверстниками; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.

Личностные действия обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (знание моральных норм, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях. Применительно к учебной деятельности следует выделить три вида личностных действий:

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;

- смыслообразование, т. е. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Ученик должен задаваться вопросом: какое значение и какой смысл имеет для меня учение? — и уметь на него отвечать;

- нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор.

**Регулятивные действия** обеспечивают учащимся организацию их учебной деятельности. К ним относятся:

- целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- планирование — определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- прогнозирование — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
- коррекция — внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата;
- оценка — выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий.

Познавательные универсальные действия включают:

общеучебные, логические, а также постановку и решение проблемы.

**Общеучебные универсальные действия:**

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- смысловое чтение как осмысление цели чтения и выбор вида чтения в зависимости от цели; извлечение необходимой информации из прослушанных текстов различных жанров; определение основной и второстепенной информации; свободная ориентация и восприятие текстов художественного, научного, публицистического и официально-делового стилей; понимание и адекватная оценка языка средств массовой информации;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

Особую группу общеучебных универсальных действий составляют знаково-символические действия:

- моделирование -преобразование объекта из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта пространственно-графическая или знаково-символическая);
- преобразование модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область.

**Логические универсальные действия:**

- анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, и несущественных);

- синтез - составление целого из частей, в том числе самостоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов;
- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;
- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;
- доказательство;
- выдвижение гипотез и их обоснование.

Постановка и решение проблемы:

- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.

Коммуникативные действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

К коммуникативным действиям относятся:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнера — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

К.Д.Ушинский писал: «Каждый урок должен быть для наставника задачей, которую он должен выполнять, обдумывая это заранее: на каждом уроке он должен чего-нибудь достигнуть, сделать шаг дальше и заставить весь класс сделать этот шаг». Поэтому основная педагогическая задача: организация условий, инициирующих детское действие – чему учить? ради чего учить? как учить?

Учебная деятельность – самостоятельная деятельность ученика по усвоению знаний, умений и навыков, в которой он изменяется и эти изменения осознаёт.

Учебная задача (чему? зачем?) – цель, которую перед собой ставит ученик.

Учебное действие (как?) – система существенных признаков понятия или алгоритм.

Самоконтроль (правильно?) – определение правильности выполненного действия.

Самооценка (хорошо? можно лучше?) - определение степени соответствия эталону или качества выполненного действия.

Формирование УУД во многом зависит не только от учебно-методического комплекта, но и от педагогически правильного взаимодействия учителя и ученика, эффективности их коммуникативной деятельности.

В результате изучения всех без исключения предметов на ступени начального общего образования у выпускников будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

**Предметные:**

- мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду
- пользоваться инструкциями к различным бытовым химическим средствам
- накрывать стол с учетом различного меню
- резать ножом бутерброды и продукты для них
- нарезать вареные овощи кубиками и соломкой
- отваривать макаронные изделия
- варить кашу на воде и молоке
- отваривать картофель и готовить пюре
- готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов)
- готовить третьи блюда
- готовить изделия из теста
- организовать праздничный стол соответственный данному празднику
- готовить национальные блюда

**Основными формами образовательного процесса являются:**

практико - ориентированные учебные занятия, творческие мастерские, экскурсии на предприятия общественного питания.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (учащимся дается самостоятельные задания с учетом возможности);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема);
- групповая (разделение на мини группы для выполнение практической работы);

Воспитанники изучат правила санитарии и гигиены при кулинарных работах; безопасные приемы работы с кулинарным оборудованием и инструментами; познакомятся историей, обычаями и традициями национальной кухни; узнают различия кухонь; будут иметь представления об организации современных предприятий общественного питания; усвоят классификацию блюд современных национальных кухонь и правила сервировки стола; смогут самостоятельно готовить блюда по рецептам, а также будут способны выдвигать творческие идеи, сотрудничать в коллективе.

Главный показатель реализации программы - личностный рост каждого воспитанника, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Критерием уровня эффективности программы является усвоение образовательной части, повышение интеллектуального уровня, воспитанности и готовность к самостоятельной жизни в плане организации своего быта.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по кулинарии	2	1	1
2	Гигиена приготовления пищи. Правила поведения за столом.	2	1	1
3	Холодные блюда и закуски	8	3	5
4	Изделия из круп	8	2	6
5	Блюда их овощей	8	2	6
6	Мясные блюда	6	1	5
7	Новогодний праздник	2		2
8	Рыбные блюда	4	1	3
9	Изделия из яиц и творога	4	2	2
10	Изделия из теста	8	2	6
11	Масленица	2	1	1
12	Сладкие блюда и напитки	6	2	4
13	Праздничная выпечка Пасха	2		2
14	Сладкие блюда	8		8
15	Обобщение изученного	2	1	1
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>19</b>	<b>53</b>



## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

- 1. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по кулинарии.** Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода). Режим питания ребенка. Меню. Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. Практическая работа. Выполнение правил техники безопасности во время приготовления пищи.
- 2. Гигиена приготовления пищи.** Содержание в чистоте кухни и инвентаря. Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда (передник, косынка, колпак, сменная обувь). Хранение и обработка продуктов. Аптечка.  
**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА.** Выполнение правил гигиены во время приготовления пищи.
- 3. Холодные блюда и закуски.** Значение холодных блюд в питании. Оформление блюд. Салаты и заправки к ним. Винегрет. Бутерброды. Разделка и украшение сельди. Украшения из овощей и яиц. Практические работы: Приготовление витаминного салата, винегрета, бутербродов с кильками, сельди с гарниром, забавно оформленных блюд, украшений из овощей и яиц.
- 4. Изделия из круп.** Питательная ценность круп, обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп. Практические работы: Приготовление крупяных биточков и каши рассыпчатой
- 5. Блюда из овощей.** Овощи и их роль в питании человека. Требования к первичной обработке овощей. Правила варки овощей с сохранением витаминов. Блюда из овощей. Приготовление овощных котлет и запеканок.
- 6. Мясные блюда.** Виды мяса, питательная ценность, хранение и обработка мяса. Изделия из рубленого мяса. Оформление вторых блюд из мяса. Практические работы: Приготовление котлетной массы и изделий из нее
- 7. Новогодний праздник.** Программа праздника. Сервировка и оформление стола. Приготовление праздничных блюд.
- 8. Рыбные блюда.** Рыба, рекомендуемая для детского питания. Питательная ценность рыбы. Признаки ее доброкачественности. Обработка мороженой рыбы и филе. Разделка рыбы. Изделия из нее. Практические работы: Разделка рыбы и приготовление рыбы жареной и рыбных котлет.
- 9. Изделия из яиц и творога.** Значения молочных блюд. Изделия из творога. Пищевая ценность яиц. Блюда из яиц. Практические работы: Приготовление сырников, вареников ленивых и натурального омлета.
- 10. Изделия из теста.** Виды теста (пресное, дрожжевое, слоеное, песочное, бисквитное, заварное, пряничное). Начинки, кремы, помадки, глазурь. Украшение кондитерских изделий. Практические работы: Приготовление блинчиков, хвороста, печенья, пряников, торта.
- 11. Масленица.** История праздника. Праздничная программа. Оформление стола. Приготовление блинчиков.
- 12. Сладкие блюда и напитки.** Значение и вкусовые качества сладких блюд. Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота, киселя, желе, мусса). Горячие и холодные напитки. Способы приготовления горячих напитков. Практические работы: Приготовление киселя или желе из клюквы, кофе с молоком.
- 13. Праздничная выпечка пасха. Выпечка на пасху.** Выпечка пасхальных фигурок. Окраска яиц. Приготовление кулича.
- 14. Сладкие блюда.** Приготовление сладких блюд. Практические работы
- 15. Итоговое занятие (2 часа)** Подведение итогов изучения обучающего курса. Проведение выставок, экскурсий, мастер-классов по декоративно-прикладному творчеству в городе.

## Методическое обеспечение программы

В основе организации работы в кружке лежат субъект-субъектные взаимоотношения руководителя и детей, где они равноправные партнеры, что обеспечивает комфортный психологический климат, способствующий созданию благоприятных условий для раскрытия и развития способностей каждого ребенка с ориентацией на общечеловеческие ценности.

Основным условием образовательного процесса является систематизация нравственного отношения к труду, к теоретической и практической созидательной деятельности.

Внеурочная деятельность проводится в кабинете технологии (социально-бытового обслуживания), при оборудовании которого предусмотрено все необходимое для занятий, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям. Помещение светлое, сухое, с проветриванием.

Для учебной кухни целесообразно современное оборудование, подвесные шкафы, разделочный стол. Для работы необходим инвентарь: разделочные доски размером в комплектах, кухонные ножи: маленькие и средние, ложки из нержавеющей стали и деревянные, разливные ложки, дуршлаг, скалка, чайник, подносы, подставки под горячую посуду, миски трех-четырёх размеров, кастрюли трех размеров емкостью, сковороды.

Электрооборудование: электроплита, столовая и чайная посуда, в том числе столовый и чайные сервизы – с учетом количества учащихся.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: передника и косынки для девочек, передника, а так же сменной обуви.

Руководитель кружка должен строго следить за соблюдением детьми правил гигиены. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Работа кружка связана с использованием нагревательными приборами, с варкой, жареньем и выпечкой продуктов. Это обязывает педагога особое внимание обращать на технику безопасности.

Для обеспечения образовательного процесса используются: планы, конспекты.

Для эффективности усвоения теоретического материала проводятся краткие записи в рабочие тетради, а так же используется наглядный материал: схемы, плакаты, рисунки, и натуральные образцы продуктов.

Основные формы проведения занятий:

- лекции
- беседы
- теоретическая работа.
- практическая работа

Дети учатся самостоятельно готовить блюда с учетом различных меню, правильно сервировать стол, содержать в чистоте кухонные принадлежности и т.д.

С детьми проводятся экскурсии на предприятия пищевой промышленности. Это расширяет кругозор и развивает эстетический вкус, способствует ориентации в выборе профессии.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

### Для учителя и обучающихся:

- Конституция Российской Федерации
- Конвенция о правах ребенка
- Готовим по-домашнему, Москва, «АСТ-ПРЕСС СКД», 2004
- Сайт по кулинарии - <https://www.gastronom.ru/>
- Сайт по кулинарии - <http://povar.ru/>