

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 21»
(МБОУ «СШ № 21»)

ПРИНЯТА

на заседании методического совета
от «31» августа 2021г.
протокол № 1



УТВЕРЖДЕНА

приказом директора МБОУ «СШ № 21»
№ 09-05-378 от «01» сентября 2021г.

В.В. Решетняк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ВОЛШЕБСТВО КУЛИНАРИИ»

Направленность: художественная;
Уровень – базовый;
Возраст обучающихся – 10-11 лет;
Срок реализации – 1 год.

Программу составила: Вьюнова Татьяна Михайловна, учитель технологии

Норильск
2021

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ	3
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	4
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	4
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	6
УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	10
КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	13
МЕТОДЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ	15
ЛИТЕРАТУРА.....	15

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочных занятий по кулинарии «Волшебство кулинарии» для учащихся 5-х классов разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «СШ№21», на основе Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ Соколовская М.М., Воропаева Н.В., Гришин В.К.М «Культура быта» М.: Просвещение, 1986. – 200с. Направленность деятельности — общекультурное.

Программа модифицирована и адаптирована к местным условиям, к степени подготовленности детей, наличию необходимых материалов.

Кулинария - искусство приготовления вкусной и питательной пищи. Она изучает рациональные способы приготовления различных блюд. А это очень важно научить девочек, будущих хозяек готовить вкусно и экономно. Программа предусматривает обучение с самого элементарного - с приготовления салатов из овощей и постепенный переход к сложному, то есть, приготовлению различных видов теста, мясных блюд, супов, гарниров и т.д. Блюда были выбраны, которые можно приготовить в домашних условиях, не используя новейшей техники на каждый день. А также создадут свою личную книгу рецептов. В основном блюда из русской кухни, но я не ставила целью выбор кухни определенного народа. *Главное, чтобы продукты и приготовление блюд было доступным и экономным.*

Актуальность: Школа призвана не только передавать необходимые знания основной школьной программы, но и подготовить детей к самостоятельной жизни, способствовать их правильной социализации. Особого внимания требует подростковый возраст, ведь это время перестройки всей социальной ситуации развития школьника. Поэтому занятия в кружке кулинарного искусства «Волшебство кулинарии»

- будут способствовать расширению кругозора обучающихся на основе значения питания в жизни и деятельности человека;
- формированию знаний о разнообразии пищи, её лечебных свойствах, о культуре питания;
- развитию навыков приготовления блюд, эстетическому их оформлению, проявлять элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов.

Цель программы: Обучение учащихся приготовлению здоровой питательной пищи из доступных продуктов. Дать школьникам знания о рациональном питании, воспитать вкус к здоровой пище.

Задачи программы: Формировать потребность в самостоятельной деятельности. Ознакомить учащихся с общими трудовыми процессами. Привить обще трудовые навыки и умения работы с кулинарными инструментами и приспособлениями. Ознакомить с правилами и приемами кулинарной обработки продуктов. Приобщить учащихся к правилам санитарии, гигиены и безопасным приемам работы.

Ознакомить с правилами кулинарного этикета. Обучить готовить простейшие блюда. Обучить приемам эстетичной подачи приготовляемых блюд. Привить навыки экономного ведения домашнего хозяйства. Способствовать формированию толерантного отношения к окружающим через приобщение к кулинарным традициям других народов и культур. Развить у обучающихся коммуникативные навыки.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на 70 часов учебного времени, предполагает сочетание теоретических, практических знаний – практическим занятиям отводится 90 % учебного времени, в рамках которого учащиеся выполняют практические работы. Практическая деятельность обучающихся носит творческий характер, способствует приобретению и активному использованию знаний, формированию технологической и кулинарной культуры. Они учатся подбирать продукты для приготовления различных блюд, правильно выбирать способ обработки, красиво оформлять готовые блюда, организации при приготовлении пищи, экономическим расчётам.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Приобретённые на занятиях знания и навыки помогут учащимся в повседневной жизни. Формы и методы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. Программа кружка рассчитана на тех, кто делает первые шаги в приготовлении несложных блюд, учит ориентироваться в многообразии продуктов.

Возрастная категория обучаемых: учащиеся 5-х классов. Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год (2021- 2022 учебный год).

Режим занятий: работа по программе дополнительного образования «Волшебство кулинарии» рассчитана на 70 часов, 1 раз в неделю, 2 часа. Занятия в кружке позволят развивать творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своего труда.

Теоретическая часть включает в себя сведения об основных продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, специальные сведения о культуре потребления пищи.

Практическая часть предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд из доступных продуктов, дегустацию и формированию навыков сервировки стола.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа предусматривает групповую и индивидуальную работу обучающихся, совместную деятельность учащихся и учителя, закрепление получаемых знаний во время практических занятий по приготовлению различных блюд. Формы и методы обучения и воспитания - беседы, практические занятия по приготовлению и оформлению блюд.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

По итогам обучения обучающиеся будут знать: о значении рационального питания для нормальной жизнедеятельности– человека;

- о правилах безопасной работы с кулинарными инструментами и приспособлениями;
- о правилах рациональной подготовки рабочего места;
- о правилах и приемах кулинарного этикета;
- о санитарно-гигиенических правилах, применяемых при– приготовлении пищи, о способах определения и отбора доброкачественных продуктов;
- о способах хранения продуктов и готовой пищи;– о правилах составления рецептов блюд, об особенностях национальных кухонь народов мира;
- о способах и приемах кулинарной обработки продуктов для– максимального сохранения в них основных питательных веществ, о культуре подачи готовых блюд, уметь прочесть рецепт блюда;
- строго соблюдать правила безопасной работы;– организовывать своё рабочее место;
- правильно производить первичную обработку продуктов;
- пользоваться кулинарными инструментами и приспособлениями;
- приготовить первое или второе блюдо по рецепту из доступных по– цене продуктов, производить правильную подачу готового блюда;
- сервировать стол для приема пищи;

Проектирование планируемых результатов на универсальные учебные действия (УУД) и общее развитие личности Познавательные, регулятивные, коммуникативные Результаты освоения программы разработаны с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и включают:

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- мотивация детей к познанию, творчеству, труду;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности;

Метапредметные результаты:

- формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;

- формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- овладение различными способами поиска информации в соответствии с поставленными задачами, готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения;
- формирование и развитие компетентности в области кулинарного искусства

Будут сформированы следующие компетенции:

- ценностно-смысловая компетенция (умение принимать решения, ставить цель и определять направление своих действий и поступков);
- общекультурная компетенция (принимать и понимать точку зрения – другого человека);

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Наименование темы	Форма занятия	Содержание	Кол-во занятий
1.	Вводное занятие.	Беседа	Теория: Общие требования к приготовлению пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи. Оформление рецептов.	2
2.	Салаты.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Теория: Виды овощей. Влияние овощей на организм человека. Первичная и тепловая обработка овощей.	2

			Практика: Салат «Оливье».	
3.	Бутерброды.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация.	Теория: Правила хранения продуктов, сроки годности. Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов. Практика: изготовление открытых, закрытых и горячих бутербродов. Сервировка стола к чаю	8
4.	Горячие напитки	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Теория: история появления чая, сорта, состав. Практика: приготовление чая, горячего шоколада.	4
5.	Первые блюда.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: виды супов, последовательность закладки продуктов в суп. Практика: Приготовление куриного бульона с яйцом, борща, щи, супа с фрикадельками.	10
6.	Вторые блюда	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: виды круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Оформление рецептов.	12

			<p>Практика: Макароны с сыром</p> <p>Приготовление плова с курицей.</p> <p>Картофельное пюре с отварной колбасой.</p> <p>Вареники с картошкой.</p>	
7.	Третьи блюда	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	<p>Теория: Знакомство с видами третьих блюд: мороженым, пирожным, муссом, желе. Оформление рецептов.</p> <p>Практика: Приготовление пирожного «картошка».</p>	4
8.	Молоко и молочные продукты.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<p>Теория: Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи.</p> <p>Практика: Молочный суп с вермишелью. Сырники.</p>	6
9.	Блюда из яиц.	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	<p>Теория: Значение яиц в питании человека. Яйцо, его пищевая ценность и применение в кулинарии.</p>	4

			Практика: Омлет на молоке.	
10.	Мучные блюда	Инструктаж. Презентация. Практическое занятие. Дегустация	Теория: Разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного и дрожжевого теста. История пиццы. Рецепты. Тесто. Оформление рецептов. Практика: Блины безупречные. Оладьи. Картофельные оладьи – драники. Вареники с картошкой. Пирожки с яблоками. Восточные гренки. Торт на сковороде.	16
11.	Итоговое занятие	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Теория: закрепление пройденного, оформление рецептов. Практика: Пицца «Томатная» Заключительное чаепитие.	2

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема занятия	Количество часов		
		всего	теория	практика
Раздел 1: Вводное занятие		2	2	-
1.	Общие требования к приготовлению пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи. Оформление рецептов.	2	2	-
Раздел 2: Салаты		2	-	2
2.	Салат «Оливье».	2	-	2
Раздел 3: Бутерброды		8	2	6
3.	Правила хранения продуктов, сроки годности. Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов. Оформление рецептов.	2	2	-
4.	Технология приготовления открытых бутербродов и закрытых. Открытый запечённый бутерброд с колбасой и сыром.	2	-	2
5.	«Деревенский» бутерброд	2	-	2
6.	Ленивый завтрак	2	-	2
Раздел 4: Горячие напитки		4	-	4
7.	Горячий шоколад	2	-	2
8.	Банановый шоколад	2	-	2
Раздел 5: Первые блюда		10	2	8
9.	Виды супов, последовательность закладки продуктов в суп. Оформление рецептов.	2	2	-

10.	Куриный бульон с яйцом	2	-	2
11.	Борщ	2	-	2
12.	Щи из свежей капусты	2	-	2
13.	Суп с фрикадельками	2	-	2
Раздел 6: Вторые блюда		12	2	10
14.	Виды круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Оформление рецептов.	2	2	-
15.	Макароны с сыром.	2	-	2
16.	Приготовление плова с курицей.	2	-	2
17.	Картофельное пюре с отварной колбасой	2	-	2
18.	Рагу с курицей	2	-	2
19.	Картошка деревенская в духовке	2		2
Раздел 7: Третьи блюда.		4	2	2
20.	Знакомство с видами третьих блюд: мороженым, пирожным, муссом, жие. Оформление рецептов.	2	2	-
21.	Пирожное «картошка».	2	-	2
Раздел 7: Молоко и молочные продукты.		6	2	4
22.	Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи. Оформление рецептов.	2	2	-
23.	Молочный суп с вермишелью.	2	-	2
24.	Сырники	2	-	2
Раздел 8: Блюда из яиц		4	2	2
25.	Значение яиц в питании человека. Яйцо, его пищевая ценность и	2	2	-

	применение в кулинарии. Оформление рецепта.			
26.	Омлет на молоке.	2	-	2
	Раздел 9: Мучные блюда	16	4	12
27.	Разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного и дрожжевого теста. Оформление рецептов.	2	2	-
28.	Блины безупречные.	2	-	2
29.	Ленивые вареники	2	-	2
30.	Картофельные оладьи - драники	2	-	2
31.	Ленивые хачапури на кефире	2	-	2
32.	Восточные гренки	2	-	2
33.	Торт на сковороде	2	-	2
34.	Песочное печенье на растительном масле	2	-	2
	Итоговое занятие	2		2
35.	Пицца. Заключительное чаепитие.	2	-	2
	Итого	70		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Дата	Тема	Кол-во часов	Форма контроля ЗУН	Примечание
Раздел 1: Введение, 2ч.					
1-2	7.09	1.1. Общие требования к приготовлению пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи.	2	беседа	
Раздел 2: Салаты, 2 ч.					
3-4	14.09	2.1. Приготовление салата «Оливье».	2	контроль за действиями	
Раздел 3: Бутерброды, 8ч.					
5-6	21.09	3.1. Правила хранения продуктов, сроки годности. Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов. Оформление рецептов.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
7-8	28.09	3.2. Технология приготовления простых бутербродов и сложных. Простой бутерброд с колбасой и сыром.	2	контроль за действиями	
9-10	5.10	3.3. «Деревенский» бутерброд.	2	контроль за действиями	

11-12	12.10	3.4 Ленивый завтрак.		контроль за действиями	
Раздел 4: Напитки, 4 ч.					
13-14	19.10	4.1. Горячий шоколад.	2	контроль за действиями	
15-16	26.10	4.2. Банановый шоколад	2	контроль за действиями	
Раздел 5: Первые блюда, 10 ч.					
17-18	02.11	5.1. Виды супов, последовательность закладки продуктов в суп. Оформление рецептов.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
19-20	9.11	5.2. Куриный бульон с яйцом.	2	контроль за действиями	
21-22	16.11	5.3. Борщ.	2	контроль за действиями	
23-24	23.11	5.4. Щи из свежей капусты.	2	контроль за действиями	
25-26	30.11	5.6. Суп с фрикадельками.	2	контроль за действиями	
Раздел 6: Вторые блюда, 12 ч.					
27-28	7.12	6.1. Виды круп, роль круп и макаронных изделий в рационе человека. Оформление рецептов.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
29-30	14.12	6.2. Макароны с сыром.	2	контроль за действиями	
31-32	21.12	6.3. Приготовление плова с курицей.	2	контроль за действиями	

33-34	28.12	6.4. Картофельное пюре с отварной колбасой.	2	контроль за действиями	
35-36	11.01	6.5. Рагу с курицей.	2	контроль за действиями	
37-38	18.01	6.6. Картошка деревенская в духовке.	2	контроль за действиями	
Раздел 7: Третьи блюда, 4 ч.					
39-40	25.01	7.1. Знакомство с видами третьих блюд: мороженым, пирожным, муссом, желе. Оформление рецептов.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
41-42	1.02	7.2. Приготовление пирожного «картошка».	2	контроль за действиями	
Раздел 8: Молоко и молочные продукты, 6 ч.					
43-44	8.02	8.1. Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Лечебно-профилактические свойства кисломолочной пищи. Оформление рецептов.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
45-46	15.02	8.2. Молочный суп с вермишелью.	2	контроль за действиями	
47-48	22.02	8.3. Сырники.	2	контроль за действиями	
Раздел 9: Блюда из яиц, 4 ч.					
49-50	1.03	9.1. Значение яиц в питании человека. Яйцо, его пищевая ценность и применение в кулинарии. Оформление рецепта.	2	презентация, работа с рецептами блюд	

51-52	15.03	9.2. Омлет на молоке.	2	контроль за действиями	
Раздел 10: Мучные блюда, 16ч.					
53-54	22.03	10.1. Разнообразие мучных блюд. Особенности приготовления пресного, бисквитного и дрожжевого теста.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
55-56	29.03	10.2. Блины безупречные.	2	контроль за действиями	
57-58	5.04	10.3. Ленивые вареники.	2	контроль за действиями	
59-60	12.04	10.4. Картофельные оладьи – «драники».	2	контроль за действиями	
61-62	19.04	10.5. Ленивые хачапури на кефире	2	контроль за действиями	
63-64	26.04	10.6. Восточные гренки.	2	контроль за действиями	
65-66	3.05	10.7. Песочное печенье на растительном масле.	2	презентация, работа с рецептами блюд	
67-68	17.05	10.8. Торт на сковороде.	2	контроль за действиями	
	24.05	10.9. Пицца. Заключительное чаепитие.	2	контроль за действиями	
Итого часов за год			70		

По программе – 72 ч. Фактически дано – _____ ч. Сокращено - _____ ч. Праздничные дни – 10.05 2ч.

Больничный лист – _____ ч. Активированный день - _____ ч. Другое _____ ч.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

В настоящей программе отдается предпочтение следующим методам и формам обучения:

Практический – способствует развитию мышления через формирование интеллектуальных умений: обобщение, анализ, синтез, сравнение, моделирование, а также позволяет вовлечь учащихся в практическую деятельность с целью приобретения навыков приготовления блюд разного уровня сложности: самостоятельная работа.

Дидактическое обеспечение

- интернет- ресурсы;
- книги о вкусной и здоровой пище;
- журналы о кулинарии.

Материально-техническое оснащение: Для реализации данной программы необходим большой светлый кабинет. Он должен быть оборудован системами хозяйственного питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией и водостоками. Помещение должно иметь естественное освещение и хорошо проветриваться. В наличии необходимо иметь оборудование: плиту электрическую с жарочным шкафом, холодильник, миксер, мясорубку, набор столовой мебели(столы кухонные); шкафы для посуды; доски деревянные разделочные; сушилки для тарелок; посуду: кастрюли, сковороды, тарелки, ложки, набор чайной посуды, ведро эмалированное, чайники заварные, набор ножей, чайник; косынки, фартуки; моющие средства.

Литература.

1. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Культура быта» М.: Просвещение, 1986. – 200с.
2. Скурихин И.М., Шатерников В.А.. Как правильно питаться. – М.: ВО «Агропромиздат», 2015. – 256 с.
3. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. – М.: Народное образование, 2015 – 321 с.
4. Мартин И. Блюда, от которых можно похудеть.- М.: «Покупки на дом», 2013. – 88с.
5. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены: Учеб. Пособие для образовательных учреждений / В.И.Ермакова. – М.: Просвещение, 2012. – 79 с.: ил.