

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 48»

Согласовано

Руководитель ШМО _____

Утверждаю

Директор школы _____

(Журина И.Н.)

Приказ №172/2 от «30» августа 2021г

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Готовим вместе»

Направление: общекультурное

Срок обучения: 2 года

Класс: 7 (Первый год обучения)

Класс: 8 (Второй год обучения)

Учитель: Сергеева А.Л

г. Ярославль

2021 / 2022 учебный год

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Готовим вместе» по общекультурному направлению разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта, основной образовательной программы основного общего образования по технологии и написана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897 (с последующими изменениями и дополнениями);

- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (с последующими изменениями и дополнениями);

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 29 декабря 2010 г. № 189)

- Уставом школы и регламентирует порядок разработки и реализации рабочих программ педагогов.

Искусство приготовления пищи – одна из самых древнейших областей человеческой деятельности. Но кулинария всегда молодое искусство. Появляются новые продукты, новые технологии приготовления пищи, идет взаимообогащение национальных культур – молодеет древнее искусство. Всегда можно внести вклад в развитие этого вечного искусства. Чтобы разбудить фантазию, чтобы начать интересные эксперименты, нужна база знаний и навыков.

Повар – это специалист, в чьи обязанности входит приготовление пищи. Помимо самого приготовления, повар отвечает за подготовку продуктов: проверить их на свежесть, помыть, порезать, почистить. Внешняя привлекательность блюда - тоже задача повара. Ведь в пище важен не только вкус, но и запах и аппетитный вид. Основные навыки кулинарной обработки продуктов питания и приготовления блюд учащиеся получают на уроках технологии в 5 – 8 классах. Изучение данной программы предназначено для расширения базы знаний по кулинарному искусству. Приобретенные на занятиях знания и навыки будут помогать обучающимся в повседневной жизни.

Цель программы - расширение знаний учащихся в области кулинарии, усовершенствование навыков приготовления блюд.

Задачи программы:

1. совершенствование и развитие кулинарных способностей обучающихся;
2. развитие эстетического вкуса учащихся;
3. формирование и развитие творческих способностей учащихся в кулинарии;
4. формирование экологической грамотности.

Актуальность программы

Объединение кулинарии, опираясь в своей работе на знания и навыки по приготовлению пищи, полученные обучающимися на уроках технологии, должны расширить и углубить эти знания и навыки.

Значимость программы

Программа позволит обучающимся:

1. изучить новые рецепты,
2. научиться готовить блюда из различных продуктов (овощей, фруктов, ягод, бобовых, круп, теста, мяса, курицы, рыбы),
3. углубить знания, полученные на уроках технологии.

Условия реализации программы

Программа занятий рассчитана на 68 часов – 2 занятия в неделю. Занятие

длится 45 минут. В группу рекомендуется записывать не более 15 человек. Принимают девочек и мальчиков.

В каникулы с обучающимися следует проводить экскурсии на предприятия пищевой промышленности музеи и на выставки. Это расширяет кругозор и развивает эстетический вкус обучающихся.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Для курса внеурочной деятельности наиболее характерна комбинированная структура занятий: организационный момент, повторение пройденного материала, изложение новой темы, вводный инструктаж, подготовка к практической работе, практическая работа и текущий инструктаж, уборка рабочих мест, сервировка стола, дегустация. Заключительный инструктаж, мытье посуды и уборка помещения.

В первый год обучения ученики познакомятся с основами кулинарной профессии, особенностями рационального питания, особенностями русской кухни. На втором году обучения углубятся в изучение общих тем и познакомятся с кухнями народов мира.

Для наилучшей организации работы обучающиеся делят на три бригады по пять человек в каждой, во главе с бригадиром. Бригадиры, распределяют работу внутри бригады, следят за правильностью ее выполнения. Педагог контролирует бригадиров, проверяя, чтобы все члены бригады были заняты работой.

Дежурят по бригадам. Дежурные приходят на занятие на 10-15 мин до начала и подготавливают лабораторию: расставляет инвентарь на рабочие места каждой бригады, распределяет продукты. Дежурные следят за тем, чтобы в конце занятия ребята привели в порядок свои рабочие места, вымыли и убрали инвентарь. Затем дежурные выносят мусор, производят влажную уборку помещения.

Продукты питания для занятия приобретать чисто-экологические, при покупке обращая внимания на маркировку, не имеет ли данный продукт красителей, добавок, на дату выхода продукта. В основном использовать продукты, выращенные на школьных грядках самими учащимися, на экологической почве без добавления вредных для здоровья человека примесей, добавок. При покупке пищевой продукции следует обратить внимание на упаковку: срок годности, состав, страну производителя, наличие пищевых добавок, запрещенных к применению в пищевой промышленности РФ, всего три: Е 121 – Цитрусовый красный – краситель; Е 123 – Амарант – краситель; Е

240 – Формальдегид – консервант.

Готовить блюда желательно из расчета одна порция на каждого занимающегося. Это даст возможность снимать пробу (дегустация), сервировать стол и одновременно закреплять на практике правила поведения за столом. Нормы продуктов указаны в инструкционных картах приготовления блюд.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартука и косынки для девочек; фартука и колпака для мальчиков, а также сменной обуви. Руководитель должен строго следить за соблюдением учащимися правил гигиены. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Работа на занятии связана с использованием нагревательными приборами (электрической плитой), режущими инструментами (ножами, мясорубками и др.), с варкой, жарением и выпечкой продуктов. Это обязывает обучающихся особое внимание обращать на правила безопасности труда. На первом же занятии, знакомя ребят с помещением, его оборудование помещением, учитель повторяет правила обращения с нагревательными приборами и режущими инструментами. На последующих занятиях педагог напоминает правила, необходимые в данный момент. Плакаты с правилами гигиены и охраны труда рекомендуется вывесить на видном месте в учебной кухне.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- 1) ответственное отношение к учению;
- 2) готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- 3) умение грамотно излагать свои мысли в устной и письменной речи, понимать смысл поставленной задачи, выстраивать аргументацию, приводить примеры и контрпримеры;
- 4) начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире;
- 5) экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, здоровьесберегающего поведения;
- 6) умение контролировать процесс и результат учебной деятельности;
- 7) коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности

Метапредметные результаты:

регулятивные

- 1) формулировать и удерживать учебную задачу;
- 2) выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- 3) планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 4) составлять план и последовательность действий;
- 5) осуществлять контроль по образцу и вносить необходимые коррективы;
- 6) адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;

познавательные:

- 1) самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;
- 2) использовать общие приёмы решения задач;
- 3) применять правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями;
- 4) самостоятельно ставить цели, выбирать и создавать алгоритмы для решения учебных технологических проблем;
- 5) устанавливать причинно-следственные связи; строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы;
- 6) планировать и осуществлять деятельность, направленную на решение задач исследовательского характера

коммуникативные:

- 1) организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- 2) взаимодействовать и находить общие способы работы; работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; слушать партнёра; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- 3) прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения;
- 4) разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- 5) координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;
- 6) аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

предметные:

в познавательной сфере:

- 1) осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития

общества; формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда; ориентация в имеющихся и возможных средствах и технологиях создания объектов труда;

2) практическое освоение обучающимися основ проектно-исследовательской деятельности; проведение наблюдений и экспериментов под руководством учителя; объяснение явлений, процессов и связей, выявляемых в ходе исследований;

3) уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства, энергетики и транспорта; оценка технологических свойств сырья, материалов и областей их применения;

4) развитие умений применять технологии представления, преобразования и использования информации, оценивать возможности и области применения средств и инструментов ИКТ в современном производстве или сфере обслуживания, рациональное использование учебной и дополнительной технической и технологической информации для проектирования и создания объектов труда;

в трудовой сфере:

1) планирование технологического процесса и процесса труда; подбор материалов с учётом характера объекта труда и технологии; подбор инструментов, приспособлений и оборудования с учётом требований технологии и материально-энергетических ресурсов;

2) овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования; проектирование последовательности операций и составление операционной карты работ;

3) выполнение технологических операций с соблюдением установленных норм, стандартов, ограничений; соблюдение трудовой и технологической дисциплины; соблюдение норм и правил безопасного труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;

4) выбор средств и видов представления технической и технологической информации в соответствии с коммуникативной задачей, сферой и ситуацией общения;

5) контроль промежуточных и конечных результатов труда по установленным критериям и показателям; выявление допущенных ошибок в процессе труда и обоснование способов их исправления;

6) документирование результатов труда и проектной деятельности; расчёт себестоимости продукта труда; примерная экономическая оценка возможной прибыли с учётом сложившейся ситуации на рынке товаров и услуг;

в мотивационной сфере:

1) оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности; осознание ответственности за качество результатов труда;

2) согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями других участников познавательной-трудовой деятельности;

3) формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда;

4) выраженная готовность к труду в сфере материального производства или сфере услуг; оценивание своей способности и готовности к предпринимательской деятельности;

5) стремление к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов, денежных средств, труда; наличие экологической культуры при обосновании объекта труда и выполнении работ;

в эстетической сфере:

1) овладение методами эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда, дизайнерского проектирования изделий; разработка варианта рекламы выполненного объекта или результата труда;

2) рациональное и эстетическое оснащение рабочего места с учётом требований эргономики и элементов научной организации труда;

3) умение выражать себя в доступных видах и формах художественно-прикладного творчества; художественное оформление объекта труда и

оптимальное планирование работ;

4) рациональный выбор рабочего костюма и опрятное содержание рабочей одежды;

в коммуникативной сфере:

1) практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности: действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнёра, выбирать адекватные стратегии коммуникации;

2) установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;

3) сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;

4) адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

в физиолого-психологической сфере:

1) развитие моторики и координации движений рук при работе с ручными инструментами; достижение необходимой точности движений при выполнении различных технологических операций;

2) соблюдение необходимой величины усилий, прилагаемых к инструментам, с учётом технологических требований.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Готовим вместе»
(по 68 часов в 7-8 классах)**

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (2 часа)

Цели и задачи курса. Значение питания для жизнедеятельности организма. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. Инструктаж по ТБ при кулинарных работах, правила санитарии и гигиены.

Профессия "Повар" (6 часов)

Особенности профессии "Повар". Классификация поваров, отвечающих за разные типы блюд. Повар-кондитер. Качества, которыми должен обладать повар (личностные и профессионально-важные). Медицинские противопоказания. Требования к профессиональной подготовке (повар должен знать и уметь).

Практическая работа:

Первичная самооценка качеств личности и профессионально-важных качеств.

Основы здорового образа жизни (2 часа)

Физиология питания. Пищевые вещества и их значение. Питание и здоровье. Пути формирования здорового образа жизни.

Практическая работа:

Выявление потребности человека в применении «кулинарии здоровья».

Понятие о рациональном питании (2 часа)

Рациональное питание. Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок.

Практическая работа:

Составление меню на день.

Русская народная кухня (56 часов) - 7 класс

Этапы развития русской народной кухни. Традиции русской кухни. Приготовление блюд русской кухни

Практическая работа:

Ознакомление с организацией рабочего места для проведения кулинарных работ. Приготовление блюд

1. Приготовление пельменей, вареников. (4 часа)

Состав теста для пельменей, вареников и колдунов и способы его приготовления. Инструменты для раскатки теста. Способы защипывания краев пельменей и вареников, колдунов. Инструменты и приспособления для защипывания краев. Правила варки. Оформление готовых блюд и подача их к столу. Применение чисто-экологических продуктов.

Практическая работа: Приготовление пельменей, вареников.

2. Блюда из картофеля (10 часа)

Правила обработки овощей. Методы нарезки картофеля.

Практическая работа: Приготовление блюд из картофеля

- Картофель отварной (2 часа)
- Картофель с яйцами по-царскосельски (2 часа)
- Пирожки картофельные (2 часа)
- Картофель запеченный (2 часа)

Картофель тушеный (2 часа)

3. Блюда из творога (4 часа)

Значение кисломолочных продуктов в питании человека. Ассортимент кисломолочных продуктов. Виды бактериальных культур для приготовления кисломолочных продуктов.

Практическая работа: приготовление блюд из творога

- Запеканка (2 часа)
- Сырники (2 часа)

5. Блюда из теста (6 часа)

Изделия из теста, особенности приготовления (замешивания) теста.

Практическая работа: Приготовление блюд

- Кулебяка (2 часа)
- Пироги (4 часа)

6. Блюда из морепродуктов (4 часа)

Понятие о пищевой ценности рыбы и нерыбных продуктов моря. Возможности кулинарного использования рыбы разных пород. Технология и санитарные условия первичной и тепловой обработки рыбы.

Практическая работа:

Первичная обработка чешуйчатой рыбы. Варка и жаренье рыбы в целом виде, звеньями, порционными кусками. Определение готовности блюд из рыбы.

- Запеченая рыба (2 часа)

- Рыба на хлебе (2 часа)

6. Запеканки (4 часа)

Технология приготовления блюд из бобовых, обеспечивающая сохранение в них витаминов группы "В". Причины увеличения веса и объема при варке.

Практическая работа: Приготовление запеканки.

- Запеканка картофельная (2 часа)

- Запеканка с овощами (2 часа)

7. Закуски (6 часов)

Традиционные русские закуски. Особенности приготовления.

Практическая работа: Приготовление закусок.

- Бутерброды (2 часа)

- Селедка под шубой (2 часа)

- Холодец (2 часа)

8. Супы (14 часов)

Супы. Их значение в рационе человека. Виды супов. Особенности приготовления:

Практическая работа: приготовление супов:

- Щи (2 часа)

- Рассольник (2 часа)

- Борщ (2 часа)

- Свекольник (2 часа)

- Солянка (2 часа)

- Окрошка (2 часа)

- Уха (2 часа)

Кухни народов мира (56 часа) - 8 класс

Практическая работа: Приготовление блюд.

1. Паста (8 часа)

Виды макаронных изделий. Способы варки макарон. Методы определения качества овощей. Влияние экологии на качество овощей. Назначение, виды и технология механической обработки овощей.

Практическая работа: Приготовление пасты. Определение необходимого количества жидкости при варке макарон

- Паста Карбонара (2 часа)
- Паста с морепродуктами (2 часа)
- Паста с фаршем и помидорами (2 часа)
- Вок-паста с курицей (2 часа)

2. Блюда из курицы (16 часов)

Виды мяса. Признаки доброкачественности мяса.

Практическая работа: Приготовление блюда . Подача готовых блюд к столу.

- Курица с ананасами по-китайски (2 часа)
- Куриный пилав (2 часа)
- Цыплята табака (2 часа)
- Курица с цветной капустой (2 часа)
- Курица в собственном соку (2 часа)
- Котлеты (2 часа)
- Тефтели куриные (2 часа)
- Плов (2 часа)

5. Салаты (10 часов)

Салаты. Разновидности салатов.

Практическая работа: Приготовление салата. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления готовых блюд.

- Салат из сыра по-французски (2 часа)
- Салат Зуринский (2 часа)
- Андалузский салат (2 часа)
- Салат «Рассолос» (2 часа)
- Австралийский летний салат (2 часа)

6. Блюда из картофеля (6 часа)

Картофель и его пищевая ценность. Особенности приготовления картофеля.

Практическая работа: Приготовление Блюда из картоферля:

- Манты с картофелем (2 часа)
- Крокеты картофельные (2 часа)
- Картофельные клёцки (2 часа)

7. Блюда к завтраку (8 часов)

Строение яйца. Способы определения свежести яиц. Приспособления и оборудование для приготовления блюд из яиц.

Виды теста. Рецепттура и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий. Виды начинок и украшений для изделий из теста. Методы определения готовности блюда из теста.

Практическая работа: Приготовление блюд:

- Голландский омлет (2 часа)
- Круасаны с джемом (2 часа)
- Оладьи кабачковые (2 часа)
- Пирог из слоёного теста с яблоками (2 часа)

8. Супы (6 часов)

Супы. Их значение в рационе человека. Виды супов. Особенности приготовления.

Практическая работа. Приготовление блюда

- Суп Харчо (2 часа)
- Кавказский суп Хаш (2 часа)

- Удон (2 часа)

Заключительное занятие. Рефлексия (2 часа)

Достигнуты ли цели и задачи курса. Оценка полученных навыков и сформированных умений.

Тематическое планирование (7 класс)

№ п/п	Тема занятия	Общее кол-во часов	Теория	Практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (2 часа)				
1.	Цели и задачи курса. Значение питания для жизнедеятельности организма. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. Инструктаж по ТБ при кулинарных работах, правила санитарии и гигиены.	2	1	1
Профессия "Повар" (6 часов)				
2.	Особенности профессии "Повар".	2	1	1
3.	Классификация поваров, отвечающих за разные типы блюд.	2	1	1
4.	Повар-кондитер.	2	1	1
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
5.	Физиология питания. Пищевые вещества и их значение.	2	1	1
Понятие о рациональном питании (2 часа)				
6.	Рациональное питание.	2	1	1

	Обмен веществ и энергии.			
Русская народная кухня (56 часов)				
7.	Этапы развития русской народной кухни. Традиции русской кухни. Приготовление блюд русской кухни. Приготовление пельменей	2	1	1
8.	Приготовление вареников	2	1	1
9.	Блюда из картофеля Правила обработки овощей. Методы нарезки картофеля. Приготовление блюда: - Картофель отварной - Картофель с яйцами по-царскосельски - Пирожки картофельные - Картофель запеченый - Картофель тушеный	10	5	5
		2	1	1
		2	1	1
		2	1	1
		2	1	1
10.	Блюда из творога Приготовление блюда: - Запеканка - Сырники	4	2	2
		2	1	1
		2	1	1
11.	Блюда из теста Приготовление блюда: - Кулебяка - Пироги	6	3	3
		2	1	1
		4	2	2
12.	Блюда из морепродуктов Приготовление блюда:	4	2	2

	- Запеченая рыба	2	1	1
	- Рыба на хлебе	2	1	1
13.	Закуски Приготовление блюда:	6	3	3
	- Бутерброды	2	1	1
	- Селедка под шубой	2	1	1
	- Холодец	2	1	1
14.	Супы Приготовление блюда:	14	7	7
	- Щи	2	1	1
	- Рассольник	2	1	1
	- Борщ	2	1	1
	- Свекольник	2	1	1
	- Солянка	2	1	1
	- Окрошка	2	1	1
	- Уха	2	1	1
Заключительное занятие. Рефлексия (2 часа)				
15.	Достигнуты ли цели и задачи курса. Оценка полученных навыков и сформированных умений.	2	1	1
Итого		68	34	34

Тематическое планирование (8 класс)

№ п/п	Тема занятия	Общее кол-во часов	Теория	Практи ка
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (2 часа)				
1.	Цели и задачи курса. Значение питания для жизнедеятельности организма. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. Инструктаж по ТБ при кулинарных работах, правила санитарии и гигиены.	2	1	1
Профессия "Повар" (6 часов)				
2.	Качества, которыми должен обладать повар (личностные и профессионально-важные)	2	1	1
3.	Медицинские противопоказания	2	1	1
4.	Требования к профессиональной подготовке (повар должен знать и уметь)	2	1	1
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
5.	Питание и здоровье. Пути формирования здорового образа жизни.	2	1	1

Понятие о рациональном питании (2 часа)				
6.	Суточный расход энергии человека. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок.	2	1	1
Кухни народов мира (56 часа)				
7.	<p>Паста</p> <p>Виды макаронных изделий. Способы варки макарон. Методы определения качества овощей. Влияние экологии на качество овощей. Назначение, виды и технология механической обработки овощей.</p> <p>Приготовление блюд:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Паста Карбонара - Паста с морепродуктами - Паста с фаршем и помидорами - Вок-паста с курицей 	8	4	4
8.	<p>Блюда из курицы</p> <p>Виды мяса. Признаки доброкачественности мяса.</p> <p>Приготовление блюд:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Курица с ананасами по-китайски - Куриный пилав - Цыплята табака 	16	8	8

	<ul style="list-style-type: none"> - Курица с цветной капустой - Курица в собственном соку - Котлеты - Тефтели куриные - Плов 	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
9.	<p style="text-align: center;">Салаты</p> <p>Салаты. Разновидности салатов.</p> <p style="text-align: center;">Приготовление блюд:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Салат из сыра по-французски - Салат Зуринский - Андалузский салат - Салат «Рассолос» - Австралийский летний салат 	<p>10</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>5</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>5</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
10.	<p style="text-align: center;">Блюда из картофеля</p> <p>Картофель и его пищевая ценность. Особенности приготовления картофеля.</p> <p style="text-align: center;">Приготовление блюд:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Манты с картофелем - Крокеты картофельные - Картофельные клёцки 	<p>6</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>3</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>3</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
11.	<p style="text-align: center;">Блюда к завтраку</p> <p>Строение яйца. Способы определения свежести яиц. Приспособления и оборудование для приготовления блюд из яиц.</p>	<p>8</p>	<p>4</p>	<p>4</p>

	<p>Виды теста. Рецепт и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готовых изделий. Виды начинок и украшений для изделий из теста. Методы определения готовности блюда из теста.</p> <p>Приготовление блюд:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Голландский омлет - Круасаны с джемом - Оладьи кабачковые - Пирог из слоёного теста с яблоками 	2	1	1
12.	<p style="text-align: center;">Супы</p> <p>Супы. Их значение в рационе человека. Виды супов. Особенности приготовления.</p> <p>Приготовление блюд:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Суп Харчо - Кавказский суп Хаш - Удон 	6	3	3
Заключительное занятие. Рефлексия (2 часа)				
13.	<p>Достигнуты ли цели и задачи курса. Оценка полученных навыков и сформированных умений.</p>	2	1	1
Итого		68	34	34

Методическое обеспечение программы

Учебную кухню рекомендуется оборудовать подвесными шкафами, разделочными столами. Для работы кружка необходим инвентарь.

На каждого надо иметь: разделочные доски с обязательной маркировкой для сырых и вареных овощей, для мяса и рыбы и т.д.; разделочные доски для теста; кухонные ножи маленькие или средние. По одной шт. на каждую бригаду приобретаются: ножи желобковые, консервные, ложки деревянные и из нержавеющей стали, разливные ложки, шумовки, дуршлаг, скалки, чайники, подносы, подставки под горячую посуду, миски емкостью от 0,5 до 2л, кастрюли емкостью от 1 до 3 л., сковороды разных размеров. По одной шт. на группу: миксер, мясорубка, ступка, сито, набор выемок для печенья, форма для торта, столовую и чайную посуду, в том числе столовый и чайный сервизы, и приборы приобретают с учетом количества

Методические рекомендации по организации образовательной деятельности и формам проведения занятий

Процесс обучения целесообразно строить, опираясь на современные научные знания и понятия о рациональном питании и здоровом образе жизни. На каждом занятии педагог предлагает задуматься о составе и качестве употребляемой пищи и так или иначе приводит к мысли о необходимости здорового питания. Здесь взгляды педагога и обучающихся обращены в одном направлении – на веками сложившуюся в России культуру питания. И это ещё раз подтверждает, что часто новое – это забытое старое.

Методика обучения предполагает увлекательность подачи и доступность восприятия детьми теоретического материала, находящегося в непосредственной связи с выполнением практического задания, что способствует наиболее эффективному усвоению программы. При этом в конце каждого занятия виден результат как общей, так и индивидуальной работы, чему способствует проведение дегустаций с подробным обсуждением итогов. Зачастую теоретические сведения носят опережающий характер по отношению к основным школьным дисциплинам (СБО, история, краеведение, биология,

обслуживающий труд и др.), но последовательность и красочность изложения материала приводят к достаточно хорошему его усвоению.

Важным условием для успешного выполнения программы является организация комфортной творческой атмосферы в кружке, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества между педагогом и обучающимися при решении общих задач. Ощущение психологического комфорта, создаваемого педагогом с первых же занятий, способствует реализации творческого потенциала обучающихся и их самореализации.

Формы занятий определяются тем, что программа имеет социально-педагогическую направленность и включает образовательные составляющие по овладению азами кулинарного искусства, исследовательской и проектной деятельности, основам здорового образа жизни.

В процессе обучения ребёнок, исходя из понятия здорового образа жизни, идёт от восприятия и усвоения готовой информации через воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности (практическая часть занятий), через знакомство с примерами научного подхода к проблеме питания, поиска и приготовления новых или утерянных блюд к формированию аналитического мышления и критического подхода к продуктам питания и приготовлению блюд.

Поэтому большая часть занятий проходит в комбинированных формах, с перемежением теоретических и практических частей. Ряд занятий организуется в форме экскурсий, конкурсов, праздничных застолий.

Диагностика проводится с помощью наблюдения, анкетирования, проблемных семинаров. По полученным результатам определяется круг проблемных вопросов. Проводятся тренинги и ролевые игры («Умейте говорить нет», «Пить или не пить», моделирование конфликтной ситуации и т.д.). Освоив программу, обучающиеся получают дополнительные стимулы для личностного развития.

Список литературы

1. Головков А. Кухня без секретов, Москва, 1991.
2. Новоженев Ю.М., Титюник А.И. Кулинарная характеристика блюд: Обществ. питание.
3. Национальные кухни наших народов.-М.:Центрполиграф,1997.
4. Национальная и зарубежная кухня. Похлебкин В.В
5. Из истории русской кулинарной культуры. –М.: Центрполиграф, 1996.