

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ОМС Управление образованием ПГО
МБОУ ПГО "СОШ № 16"

Приложение
к основной образовательной программе
основного общего образования
Приказ от 31.08.2023 г. №192-Д

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
Н.В. Калашникова

УТВЕРЖДЕНО
Директор Ю.С. Трушкова
Приказ от 31.08.2023 г. №192-Д

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Юный кулинар»
для обучающихся 5 классов
(основное общее образование)

Полевской городской округ, Свердловская область, 2023 г.

МБОУ ПГО «Средняя общеобразовательная школа № 16»
им. Заслуженного учителя РСФСР Г.И. Чебыкина

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Юный кулинар» включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы.

Пояснительная записка отражает общие цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности, место в структуре плана внеурочной деятельности, а также подходы к отбору содержания и планируемым результатам.

Содержание обучения представлено тематическими блоками, которые предлагаются для обязательного изучения в 5 классе на уровне основного общего образования.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности включают личностные, метапредметные результаты за период обучения, а также предметные достижения обучающихся за каждый год обучения на уровне основного общего образования.

Пояснительная записка.

Программа курса внеурочной деятельности «Юный кулинар» основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, а также на основе планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленных в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа курса внеурочной деятельности предполагает сочетание теоретических и практических знаний. Практическая деятельность обучающихся носит творческий характер, способствует приобретению и активному использованию знаний, формированию технологической и кулинарной культуры. Они знакомятся с оборудованием, технологией продукции общественного питания и технологией продукции мучных кондитерских изделий; учатся подбирать продукты для приготовления различных блюд, правильно выбирать способ обработки, красиво оформлять готовые блюда, организации при приготовлении пищи, экономическим расчетам.

Кулинария – искусство приготовления пищи. Еда – это топливо, на котором работает организм, и знать об этом топливе, уметь грамотно его использовать должен любой человек. Великие тайны кулинарии откроются перед теми, кто захочет научиться готовить по всем правилам, превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу. Умение хорошо, то есть правильно, вкусно и быстро, готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни.

Приоритетная цель программы:

реализация воспитательного потенциала профориентационной работы - проведение циклов профориентационных часов, направленных на подготовку обучающегося к осознанному планированию и реализации своего профессионального будущего.

Достижение цели изучения курса внеурочной деятельности определяется решением следующих задач:

расширить знания о значении питания для здоровья человека, а также научить обучающихся серьезно и квалифицированно готовить вкусную и здоровую еду для всей семьи;

углубить основные знания о питании и приготовлении пищи, особенностях кулинарной обработки различных пищевых продуктов;

сформировать умения и навыки в приготовлении различных блюд;

привить навыки соблюдения санитарно-гигиенических правил и правил техники безопасности;

развивать кулинарную грамотность и культуру питания, эстетически красиво оформлять блюда;

способствовать воспитанию интереса к кулинарии и уважению к мастерам этого дела;

подготовить школьников к жизни в обществе в современных изменяющихся социально – экономических условиях.

Место курса в плане внеурочной деятельности

Общее число часов для изучения курса внеурочной деятельности – 68 часов: в 5 классе – 68 часов (2 часа в неделю, 34 учебные недели).

Направление курса внеурочной деятельности: профориентация.

Форма организации: учебный курс практической направленности (профориентационные игры (игры-симуляции, деловые игры, квесты, кейсы).

Промежуточная аттестация: творческий конкурс

Содержание курса внеурочной деятельности

Чистота залог здоровья. Безопасность, прежде всего.

Теория: Санитарно-гигиенические требования. Правила техники безопасности. Краткое содержание курса. Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. Кухонная посуда. Правила мытья посуды. Пищевые отравления. Первая помощь. Посещение школьной столовой.

Практическая работа: Изучение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм и посещение школьной столовой

Здоровое питание – основа здорового образа жизни.

Теория: Биологическое значение пищи и её химический состав. Основы рационального питания. Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок. Меню. Правила составления меню. Составление меню на день. Рацион школьника.

Практическая работа: Составление меню для школьника на день.

От меню до этикета.

Теория: Сервировка стола для детского праздника. Предметы сервировки. Правила организации детского праздника. Правила поведения за столом. Способы складывания салфеток.

Практическая работа: Сервировка стола. Складывание салфеток.

Способы обработки пищевых продуктов.

Теория: Способы обработки пищевых продуктов. Характеристика способов обработки пищевых продуктов. Преимущества приготовления пищи на пару.

Овощные блюда и гарниры

Теория: Роль овощей в питании подростка. Первичная обработка овощей. Суточная норма овощей. Признаки доброкачественности овощей. Формы простой, сложной, фигурной нарезки овощей и их применение. Искусство карвинг. Правила хранения овощей в холодильнике. Правила обработки овощей с целью сохранения витаминов. Традиционные овощные блюда русской, белорусской, греческой и немецкой кухонь. Технология приготовления блюд из овощей различных кухонь мира: русская, белорусская, греческая, немецкая. Проект «Овощи в рационе школьника»

Практическая работа: Приготовление блюд русской, белорусской греческой и немецкой кухонь

Блюда из яиц и творога.

Теория: Значение яиц в питании подростка. Способы обработки яиц. Технология приготовления блюд из яиц. Традиционные блюда из яиц во французской и итальянской кухонь. Технология из приготовления.

Пищевая ценность творога. Технология приготовления творога в домашних условиях. Технология приготовления блюд из творога. Традиционные блюда из творога в болгарской кухне. Проект «Блюда из яиц и творога народов мира».

Практическая работа: Приготовление блюд из яиц французской (яйцо пашот) и итальянской (фритатта с ветчиной и сыром) кухонь и блюда из творога болгарской кухни (банница).

Блюда и гарниры из круп и макаронных изделий.

Теория: Пищевая ценность круп. Механическая обработка круп. Виды блюд из круп. Технология приготовления блюд и гарниров из круп. Традиционные блюда из круп японской, китайской, хакасской и русской кухонь. Технология их приготовления. Виды макаронных изделий. Блюда из макаронных изделий. Традиционные блюда итальянской кухни из макаронных изделий.

Практическая работа: Приготовление блюда японской кухни (суши, роллы), китайской кухни (жаренный рис с яйцом и овощами), хакасской кухни (каши - потхы), русской кухни (гурьевская каша). Приготовление блюда из макарон итальянской кухни (паста с соусом карбонара).

Холодные блюда и закуски.

Теория: Салаты и винегреты в кухнях мира. Заправки к ним. Виды салатов. Правила приготовления салатов и сроки хранения. Виды холодных блюд из овощей. Технология приготовления закусок. Традиционные закуски и холодные блюда греческой, русской, французской, хакасской кухонь и технология их приготовления. Проект «Холодные закуски и салаты народов мира»

Практическая работа: Приготовление блюда русской кухни (винегрет с грибами), греческой кухни (салат «Греческий»), французской кухни (салат «Оливье»).

Сладкие блюда.

Теория: Сладкие блюда. Виды. Желированные сладкие блюда и технология их приготовления. Мусс. Самбук. Мороженное. Технология приготовления сладких блюд. Традиционные сладкие блюда народов мира.

Практическая работа: Приготовление сладких блюд итальянской кухни (панакотта).

Напитки.

Теория: Горячие напитки и технология их приготовления. Холодные напитки. Виды холодных напитков. Технология их приготовления. Компоты и технология их приготовления. Русские и хакасские национальные напитки.

Практическая работа: Приготовление напитка русской кухни (квас).

Итоговое мероприятие «Кулинарный поединок».

Подведение итогов работы курса. Подготовка и проведение мероприятия «Кулинарный поединок».

Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Юный кулинар» на уровне основного общего образования.

В результате изучения курса внеурочной деятельности на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

В сфере гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми обучающимся предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы курса; готовность к разнообразной совместной деятельности; выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса на основе взаимопонимания и взаимопомощи.

В сфере патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе реализации программы курса внеурочной деятельности.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии.

В сфере эстетического воспитания:

овладение методами эстетического оформления блюд, обеспечение сохранности продуктов труда; художественное оформление объекта труда и оптимальное планирование работ.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание необходимости соблюдения правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям,

вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность.

В сфере экологического воспитания:

повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями сферы «человек-природа»;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность;

осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред.

В сфере понимания ценности научного познания:

ориентация в деятельности, связанной с освоением курса, на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека, в том числе в профессиональной сфере; овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

Метапредметные результаты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями

Базовые логические действия:

алгоритмизированное планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;

умение составлять и читать технологическую карту приготовления блюд;

приобретать и осуществлять практические навыки и умения в работе с различными инструментами;

преобразовывать информацию из одной формы в другую:

составлять технологические и инструкционные карты приготовления блюд.

Базовые исследовательские действия:

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, и самостоятельно устанавливать искомое и данное;

оценивать применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

выбирать форму представления информации в зависимости от поставленной задачи;

понимать различие между данными, информацией и знаниями;

владеть начальными навыками работы с «большими данными»;

владеть технологией трансформации данных в информацию, информации в знания.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями

Общение:

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

выбирать формат выступления с учётом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

Совместная деятельность (сотрудничество):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, в том числе при создании информационного продукта;

принимать цель совместной информационной деятельности по сбору, обработке, передаче, формализации информации;

коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

выполнять свою часть работы с информацией или информационным продуктом, достигая качественного результата по своему направлению и координируя свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями

Самоорганизация:

уметь самостоятельно определять цели и планировать пути их достижения, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

уметь соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

признавать своё право на ошибку при решении задач или при реализации проекта, такое же право другого на подобные ошибки;

проводить выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль:

давать оценку ситуации и предлагать план её изменения;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов преобразовательной деятельности;

вносить необходимые коррективы в деятельность по решению задачи или по осуществлению проекта;

оценивать соответствие результата цели и условиям и при необходимости корректировать цель и процесс её достижения.

Эмоциональный интеллект:

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого.

Принятие себя и других:

осознавать невозможность контролировать всё вокруг даже в условиях открытого доступа к любым объёмам информации.

Предметные результаты освоения рабочей программы курса внеурочной деятельности «Юный кулинар».

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

организовывать рабочее место в соответствии с изучаемой технологией;

соблюдать правила безопасного использования ручных и электрифицированных инструментов и оборудования;

грамотно и осознанно выполнять технологические операции в соответствии изучаемой технологией;

самостоятельно готовить простые блюда в соответствии с этапами технологической карты;

выбирать идею творческого проекта, выявлять потребность в изготовлении продукта на основе анализа информационных источников различных видов и реализовывать её в проектной деятельности;

создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы; использовать средства и инструменты ИКТ для решения прикладных учебно-познавательных задач;

выбирать продукты для изготовления изделий с учётом их свойств, технологий обработки, инструментов и приспособлений;

исследовать, анализировать и сравнивать;

знать и называть пищевую ценность яиц, круп, овощей;

приводить примеры обработки пищевых продуктов, позволяющие максимально сохранять их пищевую ценность;

называть и выполнять технологии первичной обработки овощей, круп;

называть и выполнять технологии приготовления блюд из яиц, овощей, круп;

называть виды планировки кухни; способы рационального размещения мебели;

называть и характеризовать текстильные материалы, классифицировать их, описывать основные этапы производства;

характеризовать группы профессий, описывать тенденции их развития, объяснять социальное значение групп профессий.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Название блоков, модулей, разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1.	Блок 1. Безопасность, прежде всего.	12	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7574/conspect/296701/
2.	Блок 2. От знаний к практике	56	https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/tehnologiya_prigotovleniya_sladostej_desertov_napi_192809.html
Итого		68	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Санитарно–гигиенические требования.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/conspect/314454/
2	Правила техники безопасности	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/conspect/314454/
3	Основы рационального питания.	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/conspect/314454/

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
4	Составление меню для школьника на день.	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/conspect/314454/
5	Правила мытья посуды	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/conspect/314454/
6	Правила поведения за столом	2	
7	Способы обработки пищевых продуктов	2	
8	Преимущества приготовления пищи на пару.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/main/314459/
9	Овощные блюда и гарниры	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7578/main/314459/
10	Технология приготовления блюд из овощей различных кухонь мира.	6	
10	Значение яиц в питании подростка.	1	
11	Технология приготовления блюд из яиц.	7	https://infourok.ru/prezentaciya-po-tehnologii-na-temu-blyuda-iz-yaic-klass-2420926.html
12	Технология приготовления блюд из творога.	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7097/conspect/257307/
13	Блюда и гарниры из круп и макаронных изделий.	6	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7098/conspect/257276/
14	Блюда из макаронных изделий	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7098/conspect/257276/
15	Холодные блюда и закуски.	6	
16	Технология приготовления закусок	4	
17	Сладкие блюда.	2	https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/tehnologiya_prigotovleniya_sladostej_desertov_napi_192809.html
18	Технология приготовления сладких блюд.	7	https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/tehnologiya_prigotovleniya_sladostej_desertov_napi_192809.html
19	Горячие напитки и технология их приготовления	4	https://videouroki.net/video/9-tiekhnologhiia-prigotovleniia-ghoriachikh-napitkov.html
20	Виды холодных напитков.	4	
21	Итоговое мероприятие «Кулинарный поединок».	3	https://urok.1sept.ru/articles/620943
Общее количество часов по программе		68	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067707

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024