

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Фрунзенского района

ГБОУ Гимназия №441

РАССМОТРЕНО на заседании ↙ педагогического совета _____ секретарь Гордина А.О. Протокол №5 от «12» мая 2023 г.		УТВЕРЖДЕНО Директор _____ Кулагина Н. И. Приказ №61 от «25» мая 2023 г.
--	--	---

**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«ХОЗЯЮШКА»
для обучающихся 5 – 6 классов

Санкт-Петербург 2023-2024

I Пояснительная записка

Нормативная основа программы

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12. 2012г.
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного (общего) образования 2010 г.,
- Программа для общеобразовательных учреждений, рекомендованной Департаментом образовательных программ и стандартов общего образования Министерства образования Российской Федерации,
- «Технология 6 класс» В.М. Казакевич, Г.В.Пичугина, Г.Ю.Семенова, Е.Н. Филимонова, Г.Л. Копотева, Е.Н. Максимова – Москва. «Просвещение», 2019
- Технология 5 класс» Е.С.Глозман, О.А. Кожина, Ю.Л. Хотунцев Москва. Просвещение 2023г.
- Учебный план ГБОУ гимназии № 441 Фрунзенского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год.
- Основной образовательной программы ООО, принятой с изменениями на педагогическом совете 12.05.2023г.
- Положение о рабочей программе, принятого на педагогическом совете гимназии от 08 июня 2016г.
- Федеральный перечень учебников.
- Приказ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010г. №1897»

Общая характеристика учебного предмета

Внеурочная деятельность, является частью воспитательного процесса, формирует у подросткового поколения интерес к различным видам деятельности, профессиям, уважение к людям труда. Психологическая подготовка детей к самостоятельной деятельности будет эффективнее, если будет осуществляться и на внеурочных занятиях, помогающих поддерживать интерес к вопросам организации и ведению домашнего хозяйства. Программа составлена на основе одного из разделов предмета «Технология, ведение домашнего хозяйства» - «Технология кулинарных работ». Выбор блюд ко всем темам сделан таким образом, что к концу курса воспитанники смогут проявить самостоятельность при организации питания дома, в походе, составить меню, как для повседневного питания, так и для праздников, дней рождений и т.д.

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 занятиях связана с использованием нагревательными приборами (электрической плитой), режущими инструментами (ножами, мясорубками и др.), с варкой, жарением и выпечкой продуктов. Это обязывает педагога особое внимание обращать на безопасные условия труда. Необходимо на первом же занятии, знакомя ребят с помещением, его оборудованием познакомить и с инструкциями по БУТ. Учитель обучает правилам обращения с нагревательными приборами и режущими инструментами. На последующих занятиях педагог напоминает правила, необходимые в данный момент. Плакаты и инструкции с правилами гигиены и охраны труда находятся на видном месте в учебной кухне.

Для наилучшей организации работы группа делится на 2 бригады во главе с бригадиром. Бригадиры, получая задания от педагога, 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 5 мин до начала и подготавливают помещение: 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 производят влажную уборку помещения.

При приготовлении блюд рассчитывается 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.

Для решения задач программы используются объяснительно-иллюстративные методы обучения, частично – поисковые (находят оптимальные приемы приготовления), самостоятельная творческая работа, когда воспитанники, используя свои домашние рецепты, учат всех детей приемам, последовательности приготовления блюд, обсуждают использование необходимого оборудования и приспособлений.

Изучение курса внеурочной деятельности раздела кулинария направлено на достижение следующих целей и задач.

Цель:

Поддержание интереса у детей к овладению практическими навыками и умениями по разделу «технология кулинарных работ».

Формирование технологической культуры, овладение учащимися общетрудовыми и жизненно-важными знаниями, необходимыми в семье, коллективе, современном обществе.

Задачи:

обучающие

Поддержание интереса у детей к овладению практическими навыками и умениями по разделу «технология кулинарных работ».

Формирование технологической культуры, овладение учащимися общетрудовыми и жизненно-важными знаниями, необходимыми в семье, коллективе, современном обществе.

развивающие

развитие творческой активности, представляя конкретные условия своей деятельности;
развитие познавательных интересов, технического мышления, пространственного воображения, интеллектуальных, творческих, коммуникативных и организаторских способностей;

развитие творческих способностей самостоятельно приобретать и интегрировать знания из разных областей и применять их для решения практических задач.

воспитательные

Воспитание заботливости о членах своей семьи, стремление сделать для гостей (друзей, родственников) приятные подарки.

Место предмета в учебном плане

Количество учебных часов

Программа рассчитана на 2 час в неделю. При 34 учебных неделях общее количество часов на изучение в 6 классах составит 68 часа.

1 четверть – 16 часов

2 четверть – 16 часов

3 четверть – 20 часов

4 четверть – 16 часов

В 5- 6 классах внеурочная деятельность проходит 1 раз в неделю по расписанию.

Ресурсное обеспечение

Инструменты и оборудование

Для организации учебного процесса имеется:

Кабинет кулинарии

1. Холодильник

2. Раковина

3. Электроплита

4. Моющие средства

5. Набор кухонной посуды

6. Набор столовой посуды

7. Приспособления для обработки овощей и фруктов

8. Кухонная мебель (рабочие столы кухонные, обеденные столы, стулья)

9. Методические материалы, технологические карты

10. Таблицы

11. Аптечка медицинская.

Учебно-методический комплекс

Список литературы для учащихся

1. Барсукова Е. Ф. «Русская кухня» - 1986 г.

2. Велхина Н. Н «Выпечка домашнего приготовления»-1999 г.
3. Вишняченко Т. Н. «Тайны кулинарии»-1997 г.
4. Жукова В. Н. «Здоровое питание» -2001 г.
5. Ляховская Л. П. «Кулинарные секреты» - 1989 г.
6. Массо С. «Поваренная книга» - 1989 г.
7. Михайлов В.С. «Кулинария для всех» - 2000 г.
8. Никитина Е. В. «Ваши любимые рецепты» - 2006 г.
9. Озерова О. «Закуски к праздникам и на каждый день» - 2004 г.
10. Огорокова Ю.И. «Гигиена питания» - 1981 г.
11. Остренко О. В. «Салаты на любой вкус» - 2005 г.
12. Периодическая печать журналов по теме кулинария «Лиза», «Отдохни»
13. Покровский А. А. «Беседы о питании» - 1966 г.
14. Симоненко П. Ф. «Образцовая книга» - 1991 г.
15. Спичка А. «Кухня холостяка» - 1991 г.
16. Хамм М. «Здоровое питание» - 1993 г.
17. Хрустальков В. Г. «Сладкий стол» - 1990 г.
18. «Кулинария. 7-9» В.И. Ермакова, Москва, «Просвещение», 2007

Интернет-ресурсы

- <https://www.say7.info/>
- <https://kedem.ru/>
- <https://gotovim-doma.ru/>
- <http://www.kakprosto.ru/kak-26514-kak-rasschitat-stoimost-blyuda>
- <http://www.cook-master.ru/item/17/>
- <http://2recepta.com/>
- <http://www.russianfood.com/recipes/bytype/?fid=3>
- <http://kedem.ru/recipe/soup/>
- <http://kartavkusa.ru/index.php/lasagna-recept-foto>
- http://povar.ru/list/goryachie_bliuda/
- <http://ovkuse.ru/id/category/recipes/salaty/grecheskii/>
- http://www.domsovetof.ru/publ/recepty_kulinarija/supy_recepty_
- <http://zefira.net/category/gotovim-v-xlebopechke/>

- <http://kedem.ru/vitamins/>
- <http://www.foodplanet.ru/cookingclass.ru/dictionary.html>
- <http://www.iamcook.ru/showrecipe/1146>
-

Планируемые результаты

Требования к уровню подготовки. ФГОС

При формировании перечня планируемых результатов освоения курса «внеурочной деятельности» учтены требования Федерального государственного образовательного стандарта основного образования к личностным, метапредметным, предметным результатам и требования индивидуализации обучения, в связи с чем в программу включены результаты базового и расширенного уровня, к освоению всеми обучающимися.

Представленная программа обеспечивает достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные:

- проявление познавательных интересов и активности в данной области предметной технологической деятельности;
- развитие трудолюбия и ответственности за качество своей деятельности;
- развитие трудолюбия и ответственности за качество своей деятельности;
- проявление технико-технологического и экономического мышления при организации своей деятельности;

Метапредметные:

- проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач в процессе моделирования изделия или технологического процесса;
- выявление потребностей, проектирование и создание объектов, имеющих потребительную стоимость;
- выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;

Предметные:

в познавательной сфере:

- рациональное использование учебной и дополнительной технической и технологической информации для проектирования и создания объектов труда;
- оценка технологических свойств сырья, материалов и областей их применения;
- владение алгоритмами и методами решения организационных и технико-технологических задач

в трудовой сфере:

- планирование технологического процесса и процессе труда;
- подбор материалов с учетом характера объекта труда технологии;
- подбор инструментов и оборудования с учетом требований технологии и материально-энергетических ресурсов;
- соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
- соблюдение трудовой и технологической дисциплины

в мотивационной сфере:

- оценивание своей способности и готовности к труду в конкретной предметной деятельности;
- согласование своих потребностей и требований с потребностями и требованиями других участников познавательно-трудовой деятельности;
- осознание ответственности за качество результатов труда;
- наличие экологической культуры при обосновании объекта труда и выполнении работ;
- стремление к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов, денежных средств и труда.

в эстетической сфере:

- дизайнерское проектирование изделия или рациональная эстетическая организация работ;
- эстетическое и рациональное оснащение рабочего места с учетом требований эргономики и научной организации труда;
- рациональный выбор рабочего костюма и опрятное содержание рабочей одежды.

в коммуникативной сфере:

- формирование рабочей группы для выполнения проекта с учетом общности интересов и возможностей будущих членов трудового коллектива;
- выбор знаковых систем и средств для кодирования и оформления информации в процессе коммуникации;

в физиолого-психологической сфере:

- развитие моторики и координации движений рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций с помощью машин и механизмов;
- достижение необходимой точности движений при выполнении различных технологических операций;
- соблюдение требуемой величины усилия, прикладываемого к инструменту, с учетом технологических требований;

Учащиеся должны знать/понимать:

- требования к оборудованию рабочего места;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления блюд
- правила безопасного труда при работе с инструментами и приспособлениями, применяемыми для обработки продуктов
- виды овощей и фруктов, способы их холодной и горячей обработки;
- питательную и пищевую ценность овощей и фруктов.
- последовательность приготовления и оформления различных блюд;

- способы обработки фруктов, овощей, рыбных и мясных продуктов, значение этих продуктов в питании человека;
- способы приготовления теста, ингредиенты, входящие в различные виды теста; организация рабочего места;
- требования к качеству и оформлению готовых блюд;
- различные виды сервировки стола;

Учащиеся должны уметь:

- соблюдать правила безопасности труда, санитарно-гигиенические требования при работе на кухне
- сервировать стол, пользоваться столовыми приборами;
- работать с кухонным оборудованием, инструментами, пользоваться нагревательными приборами и электроплитами;
- готовить разной сложности блюда из овощей: горячие и холодные.
- соблюдать последовательность технологической обработки продуктов в зависимости от выбранного для приготовления блюда
- определять доброкачественность овощных, рыбных и мясных продуктов;
- определять качество готовых блюд;
- анализировать причины допущенных отклонений при работе;
- умение составлять меню, рассчитывать стоимость дневного рациона семьи.
- использовать разные способы обработки фруктов, овощей, рыбных и мясных продуктов, значение этих продуктов в питании человека;

Форма итогового контроля:

Проверка знаний обучающихся по охране труда:

- применение на практических занятиях
- по тестовым заданиям (стартовое тестирование, текущий контроль знаний)

Проверка знаний и умений по правилам технологии приготовления различных блюд:

- применение на практических занятиях
- по тестовым заданиям (текущее тестирование)
- работа над изготовлением книги рецептов

Проверка знаний и умений по технологии обработки различных продуктов:

- применение на практических занятиях
- по тестовым заданиям (стартовое тестирование, текущие тестовые задания, итоговое тестирование)

II Содержание программы:

1-е занятие. Вводное занятие.

План и задачи внеурочной деятельности «Хозяюшка». Правила поведения в кружке. Организация рабочего места, инвентарь. Значение питания в жизни человека. Понятие о рациональном питании. Знания области экологии необходимы каждому человеку как умение читать, писать и считать. Экология – наука о взаимоотношении живых организмов и условий среды. Поэтому в области кулинарии экологические знания необходимы. Чтобы приготовить высококачественное блюдо нужно качественное сырье и никакой химии. Огромное значение имеет вентиляция. Регулярно проветривать помещение даже зимой, особенно если оно хорошо изолировано, проводить влажную уборку ежедневно. Комнатный воздух хорошо очищает хлорофитум, выделяет в воздух много фитонцидов герань. Летом в помещениях появляются комнатные мухи, опасные тем, что могут переносить болезнетворные микроорганизмы. Борьба с мухами несложна: на окна натягивают сетки, а попавших в помещение насекомых ловят на клейкие ленты и пр. Режим питания школьника. Меню.

Кухня. Оборудование кухни. Уход за кухонной и столовой посудой. Моющие средства, применяемые при мытье посуды. Техника безопасности при работе с режущим, колющим инвентарем. Гигиена приготовления пищи. Общие сведения о гигиене, о санитарно-гигиенических требованиях к помещению, личной гигиене, гигиене питания. Содержание в чистоте кухни и инвентаря. Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда (фартук, косынка или поварской колпак, сменная обувь). Хранение и обработка продуктов. Аптечка.

I «Овощи и фрукты в питании человека»

2-е занятие. Теоретическое. Виды овощей используемых в кулинарии. Содержание в овощах и фруктах минеральных веществ, белков, жиров, углеводов, витаминов. Сохранность витаминов в овощах и фруктах в процессе хранения и кулинарной обработки. Влияние экологии окружающей среды на качество овощей. Методы определения качества овощей и фруктов. Современные инструменты и приспособления для нарезки овощей и фруктов. Виды салатов. Значение овощей и фруктов в питании человека. Знакомство с различными видами обработки и приспособлениями. Правила техники безопасности. Санитарно-гигиенические требования. с 3 по 8 занятие. Практические занятия по приготовлению холодных закусок (салатов) из свежих и вареных овощей, а также использование свежих фруктов и сухофруктов в приготовлении десертов (салатов). Оформление блюд, сервировка стола.

II «Супы»

1-е занятие. Теоретическое. Знакомство с видами супов и приемами их приготовления. Особенности приготовления супов с использованием рецептов из национальной кухни. Выбор мяса для супа. Использование мясных консервов в приготовлении первого горячего блюда. Правила техники безопасности. Санитарно-гигиенические требования.

со 2 по 8 занятие. Практические. Занятия по приготовлению супов: заправочных, холодных, молочных. Оформление блюд, сервировка стола.

III «Вторые горячие блюда»

1-е занятие. Теоретическое. Знакомство с различными способами приготовления гарниров из овощей (сочетание между собой). Блюда из мясных продуктов, выбор мяса. Использование свежего мяса и мясных консервов для приготовления второго горячего. Блюда из рыбы. Последовательность обработки, определение свежести. Использование как свежей рыбы, так и рыбных консервов. Правила техники безопасности. Санитарно-гигиенические требования.

со 2 по 9 занятия. Практические. Приготовление гарниров и блюд из мясных и рыбных продуктов и их оформление. Сервировка стола.

IV «Приготовление изделий из различных видов теста»

1-е занятие. Теоретическое. Значение хлеба в питании человека. Виды теста и способы их приготовления. Рецептура и технология приготовления теста с различными видами разрыхлителей. Влияние соотношения компонентов теста на качество готового изделия. Виды начинок и украшений для изделий из теста. Оборудование и приспособления для приготовления теста. Основные и дополнительные ингредиенты. Правила техники безопасности. Санитарно-гигиенические требования.

со 2 по 8 занятие. Практические. Приготовление различных видов теста, использование рецептов из национальной кухни (восточные сладости, русские блины, армянский лаваш). Оформление готовых блюд и сервировка стола.

III Календарно-тематическое планирование

Раздел	№ занятия	Тема занятия	Цель	Вид занятия
1.	1-2	Вводное занятие	Сбор группы, знакомство с программой кружка, БУТ, санитарно-гигиенические правила при работе на кухне, режим питания, развивать интерес к профессии повара, технолога в данной области, история развития русской кулинарии.	теоретическое
I	3-4	Овощи и фрукты в питании человека	Познакомить с питательной ценностью овощей, способами хранения, сроками реализации, видами обработки, использованием современных технологий, особенностями русской кухни.	теоретическое
	5-6	Салат «Невеста»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	7-8	«Свекла с черносливом»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	9-10	Салат «Цезарь»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	11-12	«Гранатовый браслет»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	13-14	«Фаршированные помидоры»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	15-16	«Фрукты в апельсине»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
II	17-18	Супы	Познакомить с видами супов, правилами приготовления, видами мяса, способами обработки, признаками доброкачественности мяса, с традициями русской кухни в приготовлении первого блюда.	теоретическое
	19-20	«Борщ» (Щи)	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	21-22	«Солянка сборная»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	23-24	«Куриный с лапшой	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	25-26	«Гороховый»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	27-28	«Грибной»	Познакомить с технологией приготовления	практическое

	29-30	«Сырный»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	31-32	«Щавелевый»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
III	33-34	Вторые горячие блюда	Познакомить с видами блюд, использованием различных продуктов, современного оборудования, приемами приготовления, с требованиями к готовому блюду, заимствованием блюд из других национальных кухонь.	теоретическое
	35-36	«Картофель жареный»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	37-38	«Лазанья»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	39-40	«Картофельные оладьи»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	41-42	«Мясной рулет»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	43-44	«Фаршированные кабачки»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	45-46	«Капуста с грибами»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	47-48	«Приготовление фасоли с овощами»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	48-50	«Курица по-французски»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	51-52	«Плов»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
IV	53-54	Приготовление различных видов теста	История хлебопечения в России, познакомить с современными приборами и приспособлениями, видами теста, способами приготовления.	теоретическое
	55-56	Песочное тесто «Курабье»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	57-58	«Пирожное корзиночка»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	59-60	Дрожжевое тесто	Познакомить с технологией приготовления	практическое

		«пирожки»		
	61-62	«Пицца»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	63-64	Слоеное тесто «Рогалики»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	65-66	Бисквитное тесто «Медовик»	Познакомить с технологией приготовления	практическое
	67-68	Заключительное занятие	Подведение итогов	круглый стол
Ито го	68 часов			