

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт - Петербург
Администрация Фрунзенского района
ГБОУ Гимназия №441

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического
совета

«Протокол № 5 от «10» 06 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Кулагина Н. И.
Приказ № 110 от «11» 06 2026г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности
в 5-6 классе
«Хозяюшка»
(кулинария)

Составитель:
Т. В. Немешева,
учитель технологии
высшая квалификационная категория

I Пояснительная записка

Нормативно - правовые документы

Рабочая программа по предмету технология составлена на основе:

- закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12. 2012г.,
- федерального государственного образовательного стандарта основного (общего) образования 2010 г.,
- примерной программы по предмету технология, для общеобразовательных учреждений, рекомендованная Департаментом образовательных программ и стандартов общего образования Министерства образования Российской Федерации.
- приказа 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»,
- основной образовательной программы ООО, принятой с изменениями на педагогическом совете № 6 от 13. 06.2024 г. на 2024- 2025 учебный год,
- положения о рабочей программе принятого 08 июня 2016 года,
- федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию в образовательных учреждениях в 2024-2025 г.

Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Хозяюшка» разработана для занятий с учащимися 5-6 классов во второй половине дня в соответствии с новыми требованиями ФГОС начальной ступени общего образования второго поколения. В процессе разработки программы главным ориентиром стала цель гармоничного единства личностного, познавательного, коммуникативного и социального развития учащихся, воспитание у них интереса к активному познанию истории материальной культуры и семейных традиций своего и других народов, уважительного отношения к труду. Методологическая основа в достижении целевых ориентиров – реализация системно - деятельностного подхода на начальной ступени обучения, предполагающая активизацию познавательной, художественно -эстетической деятельности каждого учащегося с учетом его возрастных особенностей, индивидуальных потребностей и возможностей. Занятия практической деятельностью, по данной программе решают не только задачи художественного и эстетического воспитания, но и более масштабные – развивают интеллектуально -творческий потенциал ребенка. В силу того, что каждый ребенок является неповторимой индивидуальностью со своими психофизиологическими особенностями и эмоциональными предпочтениями, необходимо предоставить ему как можно более полный арсенал средств самореализации. Освоение множества технологических приемов при работе с разнообразными продуктами в условиях простора для свободного творчества помогает детям познать и развить собственные возможности и способности, создает условия для развития инициативности, изобретательности, гибкости мышления. Важное

направление в содержании программы уделяется духовно- нравственному воспитанию школьника.

На уровне предметного содержания создаются условия для воспитания:

- трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни (привитие детям уважительного отношения к труду, трудовых навыков и умений самостоятельного приготовления изделий и блюд, навыков творческого оформления результатов своего труда и др.);
- ценностного отношения к природе, окружающей среде (бережное отношение к окружающей среде, к пище и результатам чужого труда в процессе работы с продуктами и др.);
- ценностного отношения к здоровью (освоение приемов безопасной работы с кухонными приборами, понимание детьми необходимости применения экологически чистых продуктов, ведения здорового образа жизни и питания и т.д.).

Наряду с реализацией концепции духовно - нравственного воспитания, задачами привития ученикам технологических знаний, трудовых умений и навыков программа «Юный кулинар» выделяет и другие приоритетные направления, среди которых:

- интеграция предметных областей в формировании целостной картины мира и развитии универсальных учебных действий;
- формирование информационной грамотности современного школьника;
- развитие коммуникативной компетентности;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- использование знаково - символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.

Основные содержательные линии программы направлены на личностное развитие учащихся, воспитание у них интереса к различным видам деятельности, получение и развитие определенных профессиональных навыков. Программа дает возможность ребенку как можно более полно представить себе место, роль, значение и применение материала в окружающей жизни. Связь прикладного творчества, осуществляемого во внеурочное время, с содержанием обучения по другим предметам обогащает и повышает заинтересованность учащихся. Поэтому программой предусматриваются тематические пересечения с такой дисциплиной, как окружающий мир (знакомство с ареалом обитания животных и возделывания с\х культур, фруктов и овощей, учащиеся познакомятся с историей различных блюд и продуктов, а также расширят свои знания о национальных культурах народов России и всего мира).

Системно - деятельностный и личностный подходы на начальной ступени обучения предполагают активизацию познавательной деятельности каждого учащегося с учетом его

возрастных и индивидуальных особенностей. Исходя из этого, программа «Юный кулинар» предусматривает значительное количество развивающих заданий поискового и творческого характера. Ученик всегда имеет возможность принять самостоятельное решение о выборе задания, исходя из степени его сложности. Он может заменить предлагаемые продукты и инструменты на другие, с аналогичными свойствами и качествами. Содержание программы нацелено на активизацию художественно-эстетической, познавательной деятельности каждого учащегося с учетом его возрастных особенностей, индивидуальных потребностей и возможностей, формирование мотивации детей к труду, к активной деятельности на уроке и во внеурочное время.

В программе уделяется большое внимание формированию информационной грамотности на основе разумного использования развивающего потенциала информационной среды образовательного учреждения и возможностей современного школьника. Передача учебной информации производится различными способами (рисунки, схемы, рецепты, видеоролики, мастер-классы, условные обозначения). Включены задания, направленные на активный поиск новой информации – в книгах, словарях, справочниках.

Развитие коммуникативной компетентности происходит посредством приобретения опыта коллективного взаимодействия, формирования умения участвовать в учебном диалоге, развития рефлексии как важнейшего качества, определяющего социальную роль ребенка.

Программа курса предусматривает задания, предлагающие разные виды коллективного взаимодействия: работа в парах, работа в малых группах, коллективный творческий проект, инсценировки, презентации своих работ, коллективные игры и праздники.

Социализирующую функцию учебно-методических и информационных ресурсов образования обеспечивает ориентация содержания занятий на жизненные потребности детей.

У ребёнка формируются умения ориентироваться в окружающем мире и адекватно реагировать на жизненные ситуации. Значительное внимание должно уделяться повышению мотивации. Ведь настоящий процесс приготовления пищи невозможно представить без особого эмоционального фона, без состояния вдохновения, желания творить. В таком состоянии легче усваиваются навыки и приемы, активизируются фантазия и изобретательность. Произведения, возникающие в этот момент в руках детей, невозможно сравнить с результатом рутинной работы.

Существенную помощь в достижении поставленных задач окажет методически грамотно построенная работа на занятии. На первом этапе формируется деятельность наблюдения. Ребенок анализирует изображение блюда, пытается понять, как оно выполнено, из каких продуктов. Далее он должен определить основные этапы работы и их последовательность, обучаясь при этом навыкам самостоятельного планирования своих действий. В большинстве случаев основные этапы работы показаны в пособиях в виде рисунков. Однако дети имеют возможность предлагать свои варианты, пытаться усовершенствовать приёмы и методы, учиться применять их на других продуктах.

Следует помнить, что задача занятия — освоение нового технологического приема или комбинация ранее известных приемов, а не точное повторение изделия, предложенного учителем. Такой подход позволяет оптимально учитывать возможности каждого учащегося, поскольку допускаются варианты как упрощения, так и усложнения задания.

Дети могут изготавливать блюда, повторяя образец, внося в него частичные изменения или реализуя собственный замысел. Следует организовывать работу по поиску альтернативных возможностей, подбирать другие продукты вместо заданных, анализируя при этом существенные и несущественные признаки для данной работы.

Данная программа актуальна тем, что обучение по ней создает благоприятные условия для интеллектуального и духовного воспитания личности ребенка, социально-культурного и профессионального самоопределения, развития познавательной активности и творческой самореализации учащихся. Кроме того, она предоставляет большие возможности для профессионального роста учителя, активизации и творческого поиска.

Основные воспитательные задачи реализации программы включают в себя:

1. привитие учащимся стремления к здоровому образу жизни;
2. воспитание культуры поведения за столом, в школе, на природе;
3. пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре, и традициям других народов;
4. просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей младшего школьного возраста.

Основными образовательными задачами реализации программы являются:

1. расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
2. формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
3. формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.

Место учебного предмета в учебном плане.

На изучение программы курса внеурочной деятельности «Хозяюшка» в 5-6 классах отводится 2 часа в неделю, 68 часов.

- 1 четверть – 16 часов
- 2 четверть – 16 часов
- 3 четверть – 22 часов
- 4 четверть – 14 часов

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. Окорокова 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>

Требования к уровню подготовки. ФГОС

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса по внеурочной деятельности.

УУД являются обязательным компонентом содержания любого учебного предмета. В соответствии с ФГОС в программе представлены личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные ууд.

Личностные УУД:

- действие смыслообразования (интерес, мотивация);
- действие нравственно - этического оценивания («что такое хорошо, что такое плохо»);
- формирование личного, эмоционального отношения к себе и окружающему миру;
- формирование интереса к себе и окружающему миру (когда ребёнок задаёт вопросы);
- эмоциональное осознание себя и окружающего мира;
- формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру;
- формирования желания выполнять учебные действия;
- использование фантазии, воображения при выполнении учебных действий.

В сфере личностных УУД будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника;
- личностная мотивация учебной деятельности;
- ориентация на моральные нормы и их выполнение.

Познавательные УУД:

Общеучебные универсальные действия:

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;

- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.

Универсальные логические действия:

- имеют наиболее общий (всеобщий) характер и направлены на установление связей и отношений в любой области знания;
- способность и умение учащихся производить простые логические действия (анализ, синтез, сравнение, обобщение и др.);
- составные логические операции (построение отрицания, утверждение и опровержение как построение рассуждения с использованием различных логических схем).

В сфере развития познавательных УУД ученики научатся:

- использовать знакосимволические средства, в том числе овладеют действием моделирования;
- овладеют широким спектром логических действий и операций, включая общий прием решения задач.

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- умения с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;
- формирование умения объяснять свой выбор, строить фразы, отвечать на поставленный вопрос, аргументировать;
- формирование вербальных способов коммуникации (вижу, слышу, слушаю, отвечаю, спрашиваю);

формирование невербальных способов коммуникации – посредством контакта глаз, мимики, жестов, позы, интонации и т.п.);

- формирование умения работать в парах и малых группах;
- формирование опосредованной коммуникации (использование знаков и символов).

В сфере коммуникативных УУД ученики смогут:

- учитывать позицию собеседника (партнера);

- организовать и осуществить сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками;
- адекватно передавать информацию;
- отображать предметное содержание и условия деятельности в речи.

Регулятивные УУД:

- целеполагание;
- планирование;
- прогнозирование;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;
- коррекция;
- оценка;
- волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и преодолению препятствий.

В сфере регулятивных УУД ученики смогут овладеть всеми типами учебных действий, включая способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, планировать её реализацию, в том числе во внутреннем плане, контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные универсальные учебные действия

У обучающегося будут сформированы:

- интерес к новым видам деятельности, к новым способам самовыражения;
- устойчивый познавательный интерес к новым способам исследования явлений повседневной жизни;
- адекватное понимания причин успешности/не успешности творческой деятельности;

Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне понимания необходимости творческой деятельности, как одного из средств

самовыражения в социальной жизни;

- выраженной познавательной мотивации;
- устойчивого интереса к новым способам познания;
- адекватного понимания причин успешности или неспешности творческой деятельности;

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- принимать и сохранять учебно - творческую задачу;
- учитывать выделенные в пособиях этапы работы;
- планировать свои действия;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок;
- выполнять учебные действия в материале, речи, в уме.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проявлять познавательную инициативу;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- самостоятельно находить варианты решения творческой задачи.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Учащиеся смогут:

- допускать существование различных точек зрения и различных вариантов выполнения поставленной творческой задачи;
- учитывать разные мнения, стремиться к координации при выполнении коллективных работ;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться, приходить к общему решению;
- соблюдать корректность в высказываниях;
- задавать вопросы по существу;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- контролировать действия партнера;

Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;
- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир

для построения действия;

- владеть монологической и диалогической формами речи.
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнерам необходимую взаимопомощь;

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск нужной информации для выполнения художественно - творческой задачи с использованием учебной и

дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве сети Интернет;

- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных и творческих задач и представления их результатов;
- высказываться в устной и письменной форме;
- анализировать объекты, выделять главное;
- осуществлять синтез (целое из частей);
- проводить сравнение, классификацию по разным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения об объекте;
- обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);
- подводить под понятие;
- устанавливать аналогии;
- проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации в соответствии с исследовательской задачей с использованием ресурсов

библиотек и сети Интернет;

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- использованию методов и приёмов художественно - творческой деятельности в основном учебном процессе и повседневной жизни.

В результате занятий по предложенной программе учащиеся получают возможность:

_ Сформировать систему суждений о значимости правильного питания, как составной части сохранения и укреплении здоровья всех членов семьи.

_ Познакомиться с традициями русской и зарубежной кухни.

_ Узнать о культуре здоровья, осознавать здоровье как одну из главных человеческих ценностей.

Также ожидается:

_ Повышение интереса учащихся к изучению правил рационального питания, укрепление уверенности в своих силах, развитие творческого потенциала школьников,

_ Расширение круга общения родителей, увеличение возможностей воздействовать на детей в сфере

формирования культуры питания и соблюдения норм здорового образа жизни.

Тематическое планирование.

№	Тема
1-2	Давайте познакомимся Знакомство с кабинетом. Техника безопасности, санитарно-гигиенические требования.
3-4	Из чего состоит наша пища. Интерьер кухни, столовой, требования к интерьеру. Санитарное состояние кухни. Оборудование кухни.
5-6	Как правильно накрыть стол, приемы складывания салфеток. Сервировка стола. Этикет.
7-8	Как правильно питаться, если заниматься спортом, овощи в питании человека. Где и как готовят пищу. Что нужно есть в разное время года.
9-10	Практическое занятие «Салат из морковки с апельсинами»
11-12	Практическое занятие «Свекла с черносливом» практическое занятие
13-14	Практическое занятие «Фаршированные помидоры»
15-16	Практическое занятие «Витаминный салат из капусты»
17-18	Фрукты в питании человека
19-20	Практическое занятие «фруктовый салат»
21-22	«Сырный суп» практическое занятие
23-24	Молоко и молочные продукты. Виды обработки.
25-26	Практическое занятие. «Сырники», использование творога
27-28	Практическое занятие «Творожное печенье»
29-30	Блюда из зерна, как обязательный компонент ежедневного рациона.

31-32	Практическое занятие «Крабовый салат с рисом»
33-34	Какую пищу можно найти в лесу
35-36	Практическое занятие «Грибной суп»
37-38	Что и как можно приготовить из рыбы
39-40	Практическое занятие «Суп из рыбных консервов»
41-42	Дары моря. Использование в приготовлении блюд, способы обработки.
43-44	«Кулинарное путешествие» по России
45-46	Практическое занятие «Картофельные оладьи».
47-48	Практическое занятие «Блинчики».
49-50	Практическое занятие «Пельмени».
51-52	Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен
53-54	Практическое занятие - сэндвич с яйцом, беконом и сыром.
55-56	Практическое занятие «Пирог из ржаного хлеба».
57-58	Практическое занятие «Спагетти с сосисками».
59-60	Практическое занятие "капустные оладьи".
61-62	Практическое занятие «ленивая пицца»
63-64	Проект «Любимое блюдо моей семьи»
65-66	Проект «Любимое блюдо моей семьи»
67-68	Подведение итогов. Викторина - «Юный кулинар»