

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 30 г. Екатеринбурга

Приложение № 2
к основной образовательной программе
основного общего образования

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 29 августа 2019 г.

Утверждено
и.о. директора школы
И.К. Плугарева
Приказ № 198/1 от 29 августа 2019 г.



Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Кулинарный класс»
5-6 классы
социальная направленность

Составитель:
Пшеничникова Светлана Геннадьевна
учитель технологии

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Кулинарный класс» имеет социальную направленность, разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; «Федеральным государственным образовательным стандартом ООО и основной общеобразовательной программы ООО МАОУ СОШ № 30, составлена на основе программы «Технология 5 класс», «Технология 6 класс», под редакцией Н.В. Сеницына, П.С. Самородинский, В.Д. Симоненко, 4-е издание, 2017 г. Программа рассчитана на один год обучения

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- формирование умения ориентироваться в мире кулинарии, умения работать с различными источниками информации;
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных практических заданий.
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремлённости, умения преодолевать трудности — важных качеств в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- выраженное стремление учиться и трудиться для дальнейшего осуществления своих жизненных планов;
- самостоятельность в организации и выполнении различных работ.

Метапредметные результаты:

- планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
- определение адекватных способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач;
- приведение примеров, подбор аргументов, формирование выводов по обоснованию своего выбора и отражение в устной или письменной форме результатов своей деятельности;
- выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;
- согласование и координация совместной деятельности с другими ее участниками;
- диагностика результатов деятельности по принятым критериям и показателям;
- находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором пути продолжения образования;
- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ставить цели и планировать действия для их достижения;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

Предметные результаты:

- самостоятельно готовить для своей семьи простые кулинарные блюда из разных видов теста, требованиям рационального питания, соблюдая правильную технологическую последовательность приготовления, санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы;
- составлять рацион питания на основе физиологических потребностей организма;
- выбирать пищевые продукты для удовлетворения потребностей организма в белках, углеводах, жирах, витаминах, минеральных веществах; организовывать своё рациональное питание в домашних условиях; применять различные способы обработки пищевых продуктов с целью сохранения в них питательных веществ;
- применять основные виды и способы консервирования и заготовки пищевых продуктов в домашних условиях;
- экономить электрическую энергию при обработке пищевых продуктов; оформлять приготовленные блюда, сервировать стол; соблюдать правила этикета за столом;
- определять виды экологического загрязнения пищевых продуктов; оценивать влияние техногенной сферы на окружающую среду и здоровье человека;
- выполнять мероприятия по предотвращению негативного влияния техногенной сферы на окружающую среду и здоровье человека. Создание изделий из текстильных и поделочных

Содержание программы

1. Теоретическая часть программы (27 часа) включает в себя сведения об основных продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, сведения о культуре потребления пищи. Вводное занятие. Правила поведения в кружке.

Влияние экологии на качество овощей. Виды салатов. Изменение содержания витаминов и минеральных веществ зависимости от условий кулинарной обработки. Принципы подбора овощных гарниров к мясу и рыбе. Значение и место блюд из мяса, субпродуктов в питании. Виды мясного сырья, сроки и способы хранения мяса и мясных продуктов. Особенности кулинарного использования субпродуктов. Санитарные условия обработки мяса, субпродуктов. Условия и сроки хранения полуфабрикатов из мяса и котлетной массы. Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Виды бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов. Виды горячих напитков. Способы заваривания кофе, какао, чая и трав. Виды домашней птицы и их кулинарное употребление. Виды тепловой обработки, применяемые при приготовлении блюд из домашней птицы. Время приготовления и способы определения готовности кулинарных блюд. Оформление готовых блюд при подаче к столу.

2. Практическая часть программы (41 часов) предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд из доступных продуктов, дегустацию и формирование сервировки стола. История возникновения кулинарии. В гостях у этикета. Разновидности бутербродов. Бутерброды с различной начинкой. Витамины. Овощные салаты. Соль и сахар. Заготовка продуктов впрок. Современные инструменты и приспособления для механической обработки и нарезки овощей. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салатов. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей. Жаренье овощей и определение их готовности. Выполнение эскизов, оформление салатов для различной формы салатниц; круглой, овальной, квадратной. Сервировка и подача к столу. Способы тепловой обработки мяса, мясных полуфабрикатов, субпродуктов. Приготовление натуральной рубленой массы из мяса. Определение времени варки и жаренья до готовности. Приготовление блюд из субпродуктов. Выполнение эскизов художественного оформления бутербродов. Нарезка продуктов. Подбор ножей и различных досок. Определения качества птицы. Первичная обработка птицы. Приготовление блюд из домашней птицы. Разделка птицы и украшение перед подачей к столу. Сервировка и подача к столу.

Раздел I. Здоровое питание

Теория: включает в себя сведения об основных продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, сведения о культуре потребления пищи. Вводное занятие. Правила поведения в кружке. Организация рабочего места, инвентарь. Значение питания в жизни человека. В данном разделе мы рассмотрим: виды овощей, содержание в них минеральных веществ белков, жиров, углеводов, витаминов. Разработка буклета о здоровом питании

Практика: предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд из доступных продуктов, дегустацию и формирование сервировки стола. Приготовление блюд из сырых и варёных овощей. Жаренье овощей и определение их готовности. Выполнение эскизов, оформление салатов для различной формы салатниц; круглой, овальной, квадратной. Сервировка и подача к столу. Изготовление буклета о здоровом питании.

Раздел II. Секреты вкусной выпечки

Теория: продукты, используемые для приготовления изделий из теста, виды теста(бисквитное, слоеное, песочное, дрожжевое).

Практика: приготовление выпечки из разных видов теста, исследование качества муки, разработка схем приготовления сладких блинчиков, шарлотки, сырников

Раздел III. Русская кухня

Теория: Условия и сроки хранения бутербродов. Виды горячих напитков. Способы заваривания кофе, какао, чая и трав. Виды домашней птицы и их кулинарное употребление. Виды тепловой обработки, применяемые при приготовлении блюд из домашней птицы. Время приготовления и способы определения готовности кулинарных блюд. Оформление готовых блюд при подаче к столу.

Практика: Определение времени варки и жаренья до готовности. подача птицы и украшение перед подачей к столу. Сервировка стола.

Раздел IV. Проектная деятельность

Теория: Понятие о творческих проектах. Что называют проектом. Какова цель творческой проектной деятельности. Какие задачи нужно научиться решать при работе над проектами. Этапы выполнения проекта (поисковый, технологический, аналитический).

Практика: Самостоятельное проектирование в классе, приготовление блюда и демонстрация блюда

Тематическое планирование

№	Тема	Теория	Практика
Введение - 6 ч.			
1	Вводное занятие. План и задачи кружка. Правила поведения в кружке	2	-
2	История возникновения кулинарии. В гостях у этикета.	1	1
3	Сервировка стола. Сервировка стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Назначение столовых приборов.	1	1
Раздел I. Здоровое питание 36 часов			
4	Разновидности бутербродов. Бутерброды с различной начинкой.	0.5	1.5
5	Витамины. Овощные салаты.	0.5	1.5
6	Блюда из овощей.	0.5	1.5
7	Основы рационального питания	0.5	1.5
8	Способы обработки пищевых продуктов	0.5	1.5
9	Соль и сахар. Заготовка продуктов в прок.	0.5	1.5
10	Холодные закуски.	0.5	1.5
11	Животные продукты питания.	0.5	1.5
12	Молоко и молочные продукты	0.5	1.5

13	Растительные продукты питания.	0.5	1.5
14	Виды круп.	0.5	1.5
15	Блюда из яиц	0.5	1.5
16	Что такое меню. Составление меню.	0.5	1.5
17	Первые блюда	0.5	1.5
18	Первые блюда	0.5	1.5
19	Вторые блюда	0.5	1.5
20	Третьи блюда	0.5	1.5
21	Третьи блюда	0.5	1.5
Раздел II. Секреты вкусной выпечки 12 часов			
22	Секреты вкусной выпечки.	1	1
23	Мучные блюда и	1	1
24	Дрожжевое тесто	1	1
25	Бездрожжевое тесто.	1	1
26	Рассыпчатое тесто	1	1
27	Сладкая выпечка	1	1
Раздел III. Русская кухня 12 часов			
28	История и блюда русской кухни	1	1
29	Приготовление блюд русской кухни	1	1
30	Приготовление блюд русской кухни	1	1
31	История чая	1	1
32	Исследовательская деятельность	1	1
33	Исследовательская деятельность	1	1
Раздел IV. Проектная деятельность 8 часов			
34	Защита проектов	2	-
	Всего 68 часов	27	41