

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 441 Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

**РАССМОТРЕНО»
Председатель МО**

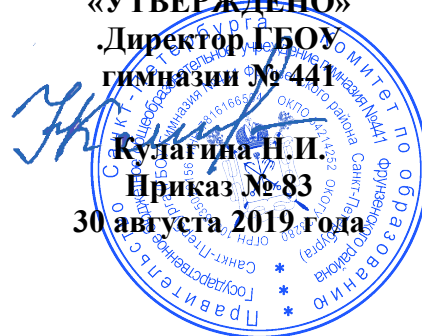
**Протокол № 1
от 28 августа 2019 года**

**«ПРИНЯТО»
Педагогическим советом
ГБОУ гимназии № 441**

**Протокол № 1
от 29 августа 2019 года**

**«УТВЕРЖДЕНО»
Директор ГБОУ
гимназии № 441**

**Кулагина Н.И.
Приказ № 83
30 августа 2019 года**



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
В 6 классе
«Хозяюшка»
(кулинария)**

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

**Санкт Петербург
2019 – 2020 учебный год**

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. Обслуживающий труд» Хохловой М.В., Синица Н.В., Симоненко В.Д. – М.: Вентана-Граф, 2010.
- Учебный план ГБОУ гимназии № 441 Фрунзенского района Санкт-Петербурга на 2019-2020 учебный год.
- Основной образовательной программы ООО, принятой с изменениями на педагогическом совете
- Положение о рабочей программе, принятого на педагогическом совете гимназии от 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.

Цель программы

Заключается в поддержании 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 программы

- *обучающие*
формирование практических трудовых умений и навыков по организации домашнего питания. Обратить внимание на здоровый образ жизни – правильно организованное питание является залогом хорошего самочувствия, работоспособности и здоровья человека.
- *развивающие*
развитие творческой активности, представляя конкретные условия своей деятельности, дети с большим интересом отнесутся к деятельности взрослых людей, поймут значимость профессии.
- *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 1 час в неделю. При 34 учебных неделях общее количество часов на изучение в 6 классах составит 34 часа.

1 четверть – 8 часов

2 четверть – 8 часов

3 четверть – 10 часов

4 четверть – 8 часов

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

Планируемые результаты освоения учебного предмета в 6 классе

Регулятивные УУД:

- принятие учебной цели;
 - выбор способов деятельности;
 - планирование организации контроля труда;
 - организация рабочего места;
 - выполнение правил гигиены
- учебного труда.

Познавательные УУД:

- сравнение;
 - анализ;
 - систематизация;
 - мыслительный эксперимент;
 - практическая работа;
 - усвоение информации с помощью компьютера;
 - работа со справочной литературой;
- работа с дополнительной литературой

Коммуникативные УУД:

- умение отвечать на вопросы, рассуждать, описывать явления, действия и т.п.
- умение выделять главное из прочитанного;
- слушать и слышать собеседника, учителя;

-задавать вопросы на понимание, обобщение

Личностные УУД:

-самопознание;

-самооценка;

-личная ответственность;

-адекватное реагирование на трудности

Ожидаемый результат: После окончания курса учащиеся должны:

Знать/ понимать:

- 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;
- правила безопасного труда при работе с инструментами и приспособлениями, применяемыми для обработки продуктов;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления блюд.

Уметь:

- пользоваться различными инструментами и приспособлениями;
- определять доброкачественность овощных, рыбных и мясных продуктов;
- определять качество готовых блюд;
- сервировать стол, пользоваться столовыми приборами;
- соблюдать правила безопасности труда, санитарно-гигиенические требования при работе на кухне.
- анализировать причины допущенных отклонений при работе;
- умение составлять меню, рассчитывать стоимость дневного рациона семьи.
- способы обработки фруктов, овощей, рыбных и мясных продуктов, значение этих продуктов в питании человека;

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.

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)

Методическое обеспечение программы.

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.

Проводятся групповые занятия, в процессе которых дети учатся готовить различные блюда по рецептам, как учителя, так и своим. Таким образом, осуществляется взаимосвязь ученик – учитель.

Очень оживляют и разнообразят занятия, позволяют сделать их более динамичным показы учебных презентаций, видеофильмов на мультимедийном оборудовании.

В каникулы с учащимися следует проводить экскурсии на предприятия пищевой промышленности, музеи и на выставки. Это расширяет кругозор и развивает эстетический вкус учащихся. Способствует ориентации их в выборе профессии.

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 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. Руководитель на первом же занятии, знакомя ребят с помещением, его оборудованием знакомит 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 группу делят 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: расставляют инвентарь на рабочие места каждой бригады, распределяют 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.

Ресурсное обеспечение

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.

Интернет-ресурсы

<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>

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. Рецепт 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.

тематическое планирование

№	Тема занятия	Цель	Вид занятия	Дата по факту
1.	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	
2.1.	Овощи и фрукты в питании человека	Познакомить с питательной ценностью овощей, способами хранения, сроками реализации, видами обработки, использованием современных технологий, особенностями русской кухни.	теоретическое	
2.	Салат «Невеста»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
3.	«Свекла с черносливом»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
4.	Салат «Цезарь»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
5.	«Гранатовый браслет»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
6.	«Фаршированные помидоры»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
7.	«Фрукты в апельсине»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
3.1	«Супы»	Познакомить с видами супов, правилами приготовления, видами мяса, способами обработки, признаками доброкачественности мяса, с традициями русской кухни в приготовлении первого блюда.	теоретическое	
2.	«Борщ» (Щи)	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
3.	«Солянка сборная»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	

4.	«Куриный с лапшой»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
5.	«Гороховый»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
6.	«Грибной»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
7.	«Сырный»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
8.	«Щавелевый»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
4.1	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	
2.	«Картофель жареный»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
3.	«Лазанья»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
4.	«Картофельные оладьи»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
5.	«Мясной рулет»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
6.	«Фаршированные кабачки»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
7.	«Капуста с грибами»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
8.	«Приготовление фасоли с овощами»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
9.	«Курица по-французски»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
10.	«Плов»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
5.1	Приготовление различных видов теста	История хлебопечения в России, познакомить с современными приборами и приспособлениями, видами теста, способами приготовления.	теоретическое	
2.	Песочное тесто «Курабье»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
3.	«Пирожное корзиночка»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
4.	Дрожжевое тесто «пирожки»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
5.	«Пицца»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	
6.	Слоеное тесто «Рогалики»	Познакомить с технологией приготовления	практическое	

7.	Бисквитное тесто «Медовик»	Познакомить с технологией приготовления	практичес кое	
8.	«Хворост»	Познакомить с технологией приготовления	практичес кое	
9.	Заключительное занятие	Подведение итогов	круглый стол	
	Итого	34 часа		