

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет образования и науки Курской области  
Администрация Октябрьского района Курской области  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Плотовская средняя общеобразовательная школа»  
Октябрьского района Курской области

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании ШМО  
художественно - эстетического цикла  
(наименование ШМО)  
протокол от 29.08.2024 г. № 1  
руководитель ШМО  
Власова О.В.  
подпись/расшифровка подписи

**СОГЛАСОВАНА**  
заместителем директора по УВР  
Морозова А.Н.  
подпись/расшифровка подписи  
30.08.2024 г.

**УТВЕРЖДЕНА**  
на заседании педагогическом совете  
протокол от 30.08.2024 г. № 1

**ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ**  
приказом по школе от 30.08.2024 г. № 2-64  
директор школы Тарасова О.М.  
подпись/расшифровка подписи



# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности  
социального направления

« Кулинария »

Срок реализации – 2024 - 2025 учебный год

Класс: 8

Составитель: Шаталова Оксана Михайловна

д. Плотова, 2024 год

## **І. Пояснительная записка.**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности « Кулинария » разработана на основе:

- федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Министерства просвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (далее – ФОП ООО);
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 1028 от 27.12.2023 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования»;
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 62 от 01.02.2024 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ основного и среднего общего образования»;
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2024 № 171 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования»;
- положения о рабочей программе учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) МКОУ «Плотовская средняя общеобразовательная школа».

**Учебно-методическое обеспечение курса включает в себя следующие методические пособия:**

- В. Д. Симоненко, Технология. Обслуживающий труд, М, 2018 г.  
Журналистское агенство «Гласность», Русская закуска, М, 2018 г.  
Журналистское агенство «Гласность», Салаты и закуски, М, 2018 г.  
Н. Передерей, рецепты мировой кухни, Москва, Издательство ВЕЧЕ, 2009  
С.А. Попова, Просто о простом, Совьяж БЕВО, 1994  
Л.В.Строкова, Вкусные салаты и закуски для праздников, Москва, РИПОЛ классик, 2014  
И. Е.Васильева, Сто потрясающих обедов, Москва, РИПОЛ классик, 2011  
Т. А. Федосеева, Большая энциклопедия кулинарного искусства, Москва, ОЛМА - ПРЕСС, 2015  
В. В.Усов, Гость в доме, Москва, Журналистское агенство: «Гласность», 2014

**Согласно учебному плану на изучение курса внеурочной деятельности « Кулинария» отводится:**

- в 8 классе – 34 часа в год, 1 час в неделю;

**Приоритетными целями обучения курсу внеурочной деятельности « Кулинария» в 8 классе являются:**

- усвоение содержания курса и достижение обучающимися результатов освоения ООП СОО в соответствии с требованиями ФГОС СОО и ООП СОО МКОУ «Плотовская средняя общеобразовательная школа».
- Содействовать процессу социальной адаптации Обучающихся получения знаний и опыта конкретных жизненных ситуаций, а также формирование необходимых знаний, умений и навыков по приготовлению вкусной и здоровой пищи.

**Воспитательный потенциал курса внеурочной деятельности реализуется через:**

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организацию работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего отношения к ней;
- демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

**Срок реализации рабочей программы:** 1 год

**Уровень:** Базовый

## II. Содержание курса

### 8 класс

#### **Раздел 1. Вводное занятие.**

Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи. Игры на знакомство. Викторина.

#### **Раздел 2. Основы здорового питания.**

Пищевые вещества и их значение. Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека. Потребность к пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок. Авитаминоз, где и какие витамины живут. Значение воды в жизни каждого человека. Обезжиривание. Суточная потребность организма в воде. Способы очистки воды. Соки и другие напитки.

#### **Раздел 3. Законы гостеприимства.**

История образования слова «этикет», развитие этикета в России. Изучение правил этикета при встрече гостей и поведения за столом, правила сервировки стола.

#### **Раздел 4. Готовим вкусно.**

Способы заваривания чая. Правила подачи горячих напитков. Столовые приборы и правила пользования ими, способы складывания салфеток, эстетическое оформление стола. Правила поведения за столом. Разнообразие горячих напитков, способы приготовления. Значение и вкусные качества сладких блюд. Технология приготовления сладких блюд и ягод. Продукты применяемые для приготовления бутербродов. Технология приготовления, условия и сроки хранения бутербродов. Элементы экономного ведения хозяйства. Первичная обработка овощей. Содержание витаминов, минеральных солей, глюкозы, клетчатки. Значение и виды тепловой обработки продуктов (варка, пропускание, бланшированное, жарение, пассерование, тушение, запекание). Значение фруктов в рационе питания. Технология приготовления блюд из фруктов. Яйцо его пищевая ценность и применение в кулинарии. Значение молока и молочных продуктов в питании взрослых и детей. Технология приготовления блюд из творога, требования к качеству блюд из творога. Творог в кондитерском деле. Основные понятия: макаронны из твердых сортов пшеницы. Способы варки макаронных изделий: сливной и не сливной. Основные понятия: филе, куски-кругляши, звенья рыбы. Питательная ценность рыбы (речная и морская). Виды домашней птицы и их кулинарное употребление. Способы определения качества птицы. Лесная пища: грибы, ягоды, травы. Ядовитые растения. Виды консервирования, их особенности. Консерванты. Первичная обработка плодов. Экскурсия в магазин.

#### **Раздел 5. Кухни разных народов.**

Исторические сведения о национальной кухне разных народов. Изучение особенностей приготовления пищи у разных народов и связь с обрядовой национальной кухней. Особенности истории развития кулинарии некоторых зарубежных стран (Италия, Франция, Германия). Разнообразие используемых продуктов, подача блюд к столу. История кавказской кухни. Традиционное меню жителей Кавказа, его особенности и обусловленность. Вкусные пристрастия Японцев, чем они обусловлены. Самые популярные блюда японской кухни: суши и сусими. Основные понятия: постный и скромный стол. История развития русской кухни. Технологические процессы свойственные русской кухне: запаривание, томление. Разнообразие используемых продуктов, приправа, соусы.

#### **Раздел 6. Подведение итога**

Презентация творческих проектов.

#### **Формы организации учебного занятия:**

- теоретическое занятие;
- практическое занятие;
- информационное занятие (беседа, лекция);
- просмотры фильмов.

#### **Виды деятельности:**

- проектная деятельность;
- познавательная деятельность;

- проблемно-ценностное общение;
- практическая деятельность.

### III. Планируемые результаты

#### Личностные УУД

- проявление познавательных интересов и активности в области кулинарии;
- готовность и способность делать осознанный выбор питания, в том числе ориентироваться в ассортименте продуктов, сознательно выбирать наиболее полезные;

#### Метапредметные УУД

- способность и готовность к освоению систематических знаний о кулинарии, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии в области кулинарии;

#### Предметные

В познавательной сфере:

- оценка технологических свойств сырья и областей их применения;
- овладение методами чтения штрих – кодов на продуктах питания, приобретаемых в розничной торговле;
- формирование представлений о роли национальных кухонь в обеспечении полноценным питанием жителей той или иной местности.

В трудовой сфере:

- соблюдение норм и правил безопасности труда, пожарной безопасности, правил санитарии и гигиены;
- планирование технологического процесса труда.

В мотивационной сфере:

- выраженная потребность в здоровом питании;
- осознание ответственности за качество питания.

В эстетической сфере:

- дизайнерское проектирование блюд с точки зрения здорового питания;
- освоение навыков сервировки стола.

В коммуникативной сфере:

- самостоятельные творческие работы;
- творческие конкурсы.

#### IV. Тематическое планирование.

8 класс

№ п/п	Название темы раздела ( главы)	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Введение	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson">https://resh.edu.ru/subject/lesson</a>
2.	Основы здорового питания	4	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson">https://resh.edu.ru/subject/lesson</a>
3.	Законы гостеприимства	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson">https://resh.edu.ru/subject/lesson</a>
4	Вкусно готовим	19	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson">https://resh.edu.ru/subject/lesson</a>
5	Кухни разных народов	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson">https://resh.edu.ru/subject/lesson</a>
6	Подведение итога	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson">https://resh.edu.ru/subject/lesson</a>
Итого: 34 часа			

#### Календарно-тематическое планирование.

8 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Форма проведения	Сроки изучения программы	
			план	факт
<b>Раздел 1. Введение – 2 часа</b>				
1	Вводное занятие	Беседа		
2	История возникновения кулинарии	Беседа		
<b>Раздел 2. Основы здорового образа жизни – 4 часа</b>				
3	Физиология питания	Практическая работа		
4	Рациональное питание	Практическая работа		
5	Витамины	Беседа		
6	Вода – важный компонент питания	Викторина		
<b>Раздел 3. Законы гостеприимства – 1 час</b>				
7	Этикет праздничного застолья	Тестирование		
<b>Раздел 4. Вкусно готовим -19 часов</b>				
8	Искусство чайного стола	Практическая работа		
9	Сладкие блюда и горячие напитки	Беседа		
10	Бутерброды	Практическая работа		
11	Блюда и кулинарные изделия из черствого хлеба	Практическая работа		
12	Роль овощей в питании	Беседа		
13	Блюда из сырых овощей	Беседа		
14	Блюда из варёных овощей	Беседа		

15	Фруктовая кулинария	Беседа		
16	Блюда из яиц	Беседа		
17	Молоко и молочные продукты	Беседа		
18	Блюда из круп	Беседа		
19	Блюда из творога	Беседа		
20	Блюда из макаронных изделий	Практическая работа		
21	Блюда из мясопродуктов	Практическая работа		
22	Блюда из рыбы	Практическая работа		
23	Блюда из птицы	Практическая работа		
24	Какую пищу можно найти в лесу	Беседа		
25	Заготовка продуктов	Беседа		
26	Самые полезные продукты	Тестирование		
<b>Раздел 5. Кухни разных народов – 6 часов</b>				
27	Национальная кухня разных народов	Викторина		
28	Зарубежная кухня	Беседа		
29	Кавказская кухня	Беседа		
30	Японская кухня	Беседа		
31	Русская кухня	Беседа		
32	Кулинарная тема в произведениях литературы и искусства	Беседа		
<b>Раздел 6. Подведение итога - 2 часа</b>				
33	Организация выставки «Парад блюд «кулинария здоровья»»	Презентация		
34	Защита творческих проектов	Проект		