

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВЕРХНЕИНГАШСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО
Методическим советом
Протокол № 6 от
«16» мая 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МБОУ «Верхнеингашская ОШ»
М.В. Максимова
«17» мая 2023 г.
№ 840

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**Социально-педагогической направленности
«Кулинария и здоровье»**

11-16 лет
Базовый уровень
Срок реализации: 1 год

Автор и составитель:
педагог дополнительного образования
Дранкович Алёна Геннадьевна

с.Верхний Ингаш
2023 г.

Пояснительная записка

Программ дополнительного образования разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 9 ноября 2018 г. №196 г.

Программа *социально-педагогической направленности* ориентирована на развитие трудового и эстетического воспитания обучающихся, обучению их искусству приготовления пищи, творческому оформлению блюд.

Новизна дополнительной общеобразовательной программы «Кулинария и здоровье» основана на комплексном подходе к развитию творческих способностей, способствует развитию у детей творческого начала, требующего активности, самостоятельности, проявления фантазии и воображения. Серьезное, уважительное отношение к труду, успехи детей в обучении приготовлению блюд рожают у них уверенность в своих силах, формируют положительную самооценку, готовность к творческому самовыражению в любом виде труда.

Актуальность программы определяется спросом со стороны детей и их родителей на программу дополнительного образования социально-педагогической направленности. Последнее время уделяется особое внимание воспитанию в подрастающем поколении здорового образа жизни и как составной части – здорового питания. В процессе обучения воспитанники учатся бережно и с любовью относиться к своему национальному богатству, сохраняют и развивают традиции своего народа, своих семей.

Практическая деятельность учащихся носит творческий характер, способствует приобретению и активному использованию знаний, формированию технологического мышления.

Отличительные особенности программы

Раннее приобщение детей к практической художественно-эстетической деятельности, выражается серьезное, уважительное отношение к труду, успехи детей в обучении изготовлению различных блюд, рождает у них уверенность в своих силах, формируют положительную самооценку, готовность к творческому самовыражению в любом виде труда.

Программа является разновозрастной.

Адресат программы.

Возраст учащихся, на который ориентирована программа, имеет диапазон от 11 до 16 лет. Группа разновозрастная. В зависимости от возрастных, психофизиологических особенностей учащихся, уровня сформированности их интересов и наличия способностей определяются формы, методы, технологии, приемы организации образовательного процесса.

Набор в объединение осуществляется путём на основании заявления родителей (лиц, их заменяющих) в соответствии с локальным актом (положением о приеме, переводе, отчислении и восстановлении учащихся) при отсутствии медицинских противопоказаний.

Состав групп – постоянный. Наполняемость групп – не менее 14 человек.

Срок реализации программы и объем учебных часов

1 год обучения: 68 часов, 2 раза в неделю по 1 часу.

Формы обучения

Форма обучения по программе «Кулинария и здоровье» - очная.

Режим занятий

Продолжительность занятия составляет 2 занятия в неделю, по 1 академическому часу (40 минут) для обучающихся.

Цель программы дополнительного образования «Кулинария и здоровье» – дать учащимся знания о рациональном здоровом питании, создать условия для развития навыков социально-бытового характера – приготовления здоровой пищи.

Задачи:

- расширение представлений о различных способах обработки продуктов;
- формирование умений по приготовлению здоровой пищи;
- знакомство с национальными кухнями разных народов;
- воспитание вкуса к здоровой пище.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	1	1	-	
1.1.	Безопасность жизнедеятельности	2	2	-	
2	История возникновения кулинарии	3	2	1	
3	Национальная кухня	23	8	15	Демонстрация блюда
4	Эстетика	10	5	5	Демонстрация блюда
5	Кухня народов мира	27	10	17	Демонстрация блюда
6	Итоговое занятие	2	1	1	Демонстрация блюда
Итого часов		68	29	39	

Содержание учебного плана программы

Раздел 1: Введение.

Тема 1.1.: Безопасность жизнедеятельности

Теория (1 час): Введение в образовательную программу. Требования к поведению учащихся во время занятия. Соблюдение порядка на рабочем месте. Соблюдение правил по технике безопасности.

Раздел 2. История возникновения кулинарии.

Теория (2 часа): Рассказ «Из истории кулинарии».

Практика (1 час): Подготовка и заслушивания сообщений/мультимедийных презентаций об истории кулинарии.

Раздел 3. Национальная кухня.

Теория (8 часов): знакомство с национальной кухней своего народа, традициями. Особенности русской кухни. Роль овощей в русской кухне. Выпечка (блины, калачи).

Практика (15 часов): приготовление различных национальных блюд: блины по различным рецептам, сибирские пельмени, пироги, калачи, овощные холодные и горячие блюда.

Раздел 4. Эстетика.

Теория (5 часа): как эстетика влияет на вид и вкус блюда, правила подачи блюда, сервировка стола, национальные особенности подачи блюд национальной кухни.

Практика (5 часов): воплощение эстетической идеи при приготовлении блюд и сервировки стола.

Раздел 5. Кухня народов мира.

Теория (10 час): знакомство с национальными кухнями разных народов: белоруссов, финнов, карельцев, грузинцев, итальянцев.

Практика (17 час): приготовление различных национальных блюд. Роль лесных даров, рыбы и дичи в приготовлении блюд. Десерты из лесных ягод. Использование картофеля в белорусской кулинарии.

Раздел 6. Итоговое занятие.

Теория (1 час): рефлексия занятий за учебный год.

Практика (1 час): выставка творческих работ.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- готовность и способность к саморазвитию;
- развитие познавательных интересов, учебных мотивов;
- знание основных моральных норм.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

Обучающийся научится:

- навык оценивать правильность выполнения работы на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- вносить необходимые коррективы;
- уметь планировать работу и определять последовательность действий.

Обучающийся получит возможность научиться:

- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- активизация сил и энергии к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта

Коммуникативные:

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;
- контролировать действия партнёра.

Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;
- владеть монологической и диалогической формой речи;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнёрам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные:

- узнают правила безопасности работы на кухне;
- узнают историю кулинарии;
- узнают особенности кухни разных национальностей;
- научатся готовить блюда различной сложности;
- овладеют комплексом знаний, умений и навыков, позволяющих в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы кулинарной направленности;
- научатся осуществлять поиск нужной информации для выполнения поставленных задачи с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;
- 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.
- научатся 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;

Календарный учебный график

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1	2023-2024	02.09.2023 г.	28.05.2024г.	34	68	68	Понедельник вторник 14.40.- 15.30	Май 2024 г.

Материально-техническое обеспечение

Демонстрационные пособия.

Таблицы по безопасности труда по кулинарии.

Таблицы по кулинарии.

Раздаточный дидактический материал по кулинарии.

Набор рабочих инструментов:

Холодильник, электроплита, электрический чайник, набор инструментов и приспособлений для механической обработки продуктов, комплект кухонной посуды для тепловой обработки пищевых продуктов, набор инструментов и приспособлений для тепловой обработки пищевых продуктов, комплект разделочных досок, набор столовой посуды, набор оборудования и приспособлений для сервировки стола.

Учебно-практическое оборудование: аптечка, фартуки, косынки.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы в педагогической деятельности 2,5 года, образование средне специальное.

Формы аттестации и оценочные материалы

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Грамоты

Дипломы

Готовые творческие работы

Отзывы родителей

Портфолио

Сертификат о завершении обучения.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Выставки-дегустации.

Оценочные материалы

Критерии оценивания творческих работ по итогам прохождения программы

В рамках итоговой диагностики, по итогам прохождения программы, оцениваются творческие работы обучающихся. На основе изученных техник обучающиеся выбирают и готовят блюдо. Творческие работы оцениваются по критериям проявления творческой активности, аккуратности, соблюдению техники безопасности.

Критерии оценки результатов:

Высокий (5 баллов) – обучающийся активно использует свое воображение при создании творческой работы, умеет работать с материалами и оборудованием, владеет основными знаниями техник и приемов приготовления блюда, самостоятельно декорирует изделие. Работа индивидуальна, аккуратна, закончена.

Средний (3-4 балла) – обучающийся стремится проявить фантазию при создании творческой работы, умеет работать с материалами и оборудованием, владеет основными знаниями техник и приемов приготовления блюда, но иногда нуждается в подсказке. Работа выполняется не очень аккуратно, с небольшими ошибками, которые обучающийся стремится исправить. Декорирует изделие с помощью педагога.

Низкий (1-2 балла) – обучающийся не проявляет фантазию при создании творческой работы, выполняет работу только по образцу, не умеет работать с материалами и оборудованием. Представления о техниках и приемах приготовления блюда сформированы слабо или не сформированы. Работа не аккуратна, нет стремления украсить свое изделие, исправить допущенные ошибки. Заканчивает изделие только с помощью педагога.

Методические материалы

Методические материалы - обеспечение программы методическими видами продукции - указание тематики и формы методических материалов по программе; описание используемых методик и технологий; современные педагогические и информационные технологии; групповые и индивидуальные методы обучения; индивидуальный учебный план, если это предусмотрено локальными документами организации (п. 9 ст. 2, п. 5 ст. 47ФЗ N 273).

- **особенности организации образовательного процесса** – очно.

- **методы обучения** (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

- **формы организации образовательного процесса:** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая; выбор формы обосновывается с позиции профиля деятельности (социально-педагогической) категории обучающихся.

- **формы организации учебного занятия** – выставки-дегустации.

- **педагогические технологии** - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровьесберегающая технология.

- **алгоритм учебного занятия:**

I этап - организационный.

Задача: подготовка детей к работе на занятии, Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания.

II этап - проверочный. Задача: установление правильности и осознанности выполнения домашнего задания (если было), выявление пробелов и их коррекция.

Содержание этапа: проверка домашнего задания (творческого, практического) проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

III этап - подготовительный (подготовка к восприятию нового содержания).

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности. Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (пример, познавательная задача, проблемное задание детям).

IV этап - основной. В качестве основного этапа могут выступать следующие:

Усвоение новых знаний и способов действия. Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания и вопросы, которые активизируют познавательную деятельность детей.

2. *Первичная проверка понимания* Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений, их коррекция. Применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

3 *Закрепление знаний и способов действий* Применяют тренировочные упражнения, задания, выполняемые детьми самостоятельно.

4. *Обобщение и систематизация знаний.* - Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Распространенными способами работы являются беседа и практические задания.

V этап – контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

VI этап - итоговый.

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

Содержание этапа: педагог сообщает ответы на следующие вопросы: как работали учащиеся на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели.

VII этап - рефлексивный.

Задача: мобилизация детей на самооценку. Может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы.

VIII этап: информационный.

Информация о домашнем задании (если необходимо), инструктаж по его выполнению, определение перспективы следующих занятий.

Задача: обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания, логики дальнейших занятий.

Изложенные этапы могут по-разному комбинироваться, какие-либо из них могут не иметь места в зависимости от педагогических целей.

- **дидактические материалы** – раздаточные материалы: образцы изделий.

Виды дидактических материалов:

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала используются *наглядные пособия* следующих видов:

- естественный или натуральный (образцы материалов);
- объёмный (образцы изделий);

- схематический или символический (схемы, рисунки, графики, плакаты, выкройки, шаблоны и т.п.);
- картинный и картинно-динамический (картины, иллюстрации, слайды, фотоматериалы и др.);
 - звуковой (аудиозаписи, радиопередачи, учебные кинофильмы);
 - дидактические пособия (раздаточный материал, вопросы и задания для устного или письменного опроса, практические задания и др.);
 - обучающие прикладные программы в электронном виде (CD, диски);
 - учебники, учебные пособия, журналы, книги;

Дидактический материал подбирается и систематизируется в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями.

Список литературы для педагога

1. Азбука домоводства. /Сост. Абрамова Л.С., Кочегаров И.И., Юдин А.М. – М.: Аргументы и факты, 1993 г.
2. Бережливое домоводство: практические советы. Рецепты. Рекомендации. – М.: Республика, 1993.
3. Наместников Л.Ф. Консервирование плодов и овощей в домашних условиях. – М.: Пищевая промышленность, 1976.
4. Риас-Бухер Б. Фуршетные фантазии /Пер. с немецкого – М.: Мой Мир, 2005.
5. Кузнецова М.Е. «Украшение блюд: Цветы из овощей. – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2002.
6. Как украсить блюда и напитки. – М.: АСТ – ПРЕСС КНИГА, 2006.
7. Классические салаты./Сост. А. Арсланова – М.: издательство «Аркаим», 2003.
8. М. Максимова, М. Кузьмина. Первоклассная повариха. ЭКСМО - ПРЕСС, 1998.
9. Журнал «Школа и производство», № 4, 2006.

Список литературы для учащихся

1. Книга о вкусной и здоровой пище. – М.: Колос, 1993.
2. Искусство сервировки. /Перевод с немецкого Т. Григорьевой. – М.:«АСТ_ПРЕСС КНИГА», 2003 (Серия «Золотая библиотека хозяйки»).
3. В.И. Ермакова. Основы кулинарии. Учебное пособие для 8-11 классов для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2000.

Список литературы для родителей

1. Культура питания: энциклопедический справочник. / Ред. Чаховский И. А. – Мн.: Издательство «Белорусская советская энциклопедия», 1993.
2. Секреты русской кухни / Воробьева Т. М.

