

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Залогская основная общеобразовательная школа

«Рассмотрено»

на заседании педагогического
совета
протокол № 1
от «30» 08. 2022 г.

«Согласовано»

заместитель директора по УВР
В.Н. Вяткина/
ФИО
«30» 08. 2022 г.

«Утверждено»

Приказ № 86 от «30» 08. 2022 г.
Директор
Л.М. Заводских/
ФИО



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
(наименование вида программы)

«Здоровое питание»

(наименование кружка)

оздоровительно - эстетическое

(направление развития личности)

основное общее образование/7-8 классы

(уровень образования/класс (ы))

2 года

(срок реализации программы)

Программу составил учитель технологии высшей квалификационной категории

Горбунова Надежда Анатольевна

(Ф.И.О. учителя, составившего рабочую учебную программу)

2022 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровое питание» ориентирована на учащихся 7-8-х классов составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; примерной основной образовательной программы внеурочной деятельности ООО; основной образовательной программы основного общего образования МКОУ Залогской ООШ.

Образовательная программа кружка «Здоровое питание» направлена на оказание дополнительной помощи учащимся в производственном обучении и профессиональной подготовке. Она играет важную роль в воспитании учащихся, в развитии кулинарных способностей, повышает инициативу и предприимчивость. Занятия во внеурочной деятельности позволяют развивать кулинарные творческие способности, самостоятельность, проявлять индивидуальность, фантазию и получать результат своей деятельности. У учащихся формируются навыки в приготовлении полезных блюд и их эстетического оформления.

При составлении программы учитывались: способы мотивации учащихся; обоснование перспективности работы в сфере общественного питания; предоставление ученикам возможности проявить свои кулинарные творческие способности в выполнении практических работ. Материал программы может применяться для различных групп обучающихся, так как включает обобщенные знания. Теоретическая часть курса дает возможность актуализации просвещения школьников в области кулинарии, практические занятия способствует формированию специальных умений и навыков работы с продуктами и оборудованием.

Основными целями и задачами программы является получение дополнительных знаний, умений и навыков по кулинарии, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности и применения в быту. Особенностью данной программы является то, что у учащихся появляется возможность широкого и разнообразного применения своих знаний, которые им могут быть полезны, а так же изучение и приготовление старинных сибирских рецептов выпечки и напитков. Переработки молока и приготовление продуктов из него на специальном оборудовании.

Цели:

- Подготовка учащихся к самостоятельной жизни в современных условиях рыночной экономики и самоопределение в профессиональной ориентации.
- Формирование навыков самостоятельного приготовления разнообразной и здоровой пищи.

Задачи:

- формировать начальные общетрудовые умения ручного труда, основы трудовой культуры;
- способствовать профессиональному самоопределению через формирование основных знаний, умений и навыков приготовления пищи, особенностях кулинарной обработки;
- приобщать к истокам культуры, к национальным и семейным традициям;
- способствовать творческому развитию детей;
- вырабатывать навыки здорового образа жизни

Освоение: технологических знаний, основ культуры представление о технологической культуре.

Овладение: специальными умениями, необходимыми для поиска технологической информации, создание продуктов труда, введение домашнего хозяйства, самостоятельного и осознанного определения своих жизненных планов, безопасными приёмами труда.

Развитие: познавательных интересов пространственного воображения интеллектуальных, творческих, коммуникативных и организаторских способностей.

Воспитание: трудолюбие, бережливости, аккуратности, целеустремлённости, предприимчивости. Ответственности за результаты своей деятельности, уважительное отношение к людям различных профессий и результатам их труда.

Овладевая знаниями и умениями, учащиеся становятся компетентнее в психологическом отношении и преодолевают неуверенность, которая, мешает им соотнести свои возможности и способности с требованиями определенной профессии. Анализ собственных интересов, склонностей, внимания, памяти, мышления, характера позволяет ученикам правильно оценить себя и наметить план самосовершенствования, саморазвития, самооценки и самореализации.

Межпредметные связи с биологией и химией, позволят обучающимся осуществить интеграцию имеющихся представлений в целостную картину мира, а практические занятия и проектная деятельность совершенствовать умения и навыки, необходимые для проведения исследования, сопоставления фактов, анализа полученных результатов, работы с приборами и оборудованием. Владение знаниями о химических веществах могут обеспечить грамотное отношение к природе и к собственному здоровью без нанесения ущерба. Поэтому знание возможных последствий воздействия различного рода химических соединений на организм человека становится необходимым не только для врачей, но и для каждого человека. Обучающиеся познакомятся с составом и свойствами различных химических веществ в продуктах, как естественным образом присутствующие в приготовлении пищи, так и при независимом внешнем воздействии. Ребята узнают, как именно эти вещества влияют на процессы жизнедеятельности организма и на саму жизнь человека - что полезно и в каких количествах, а что может оказывать отрицательное влияние. Экологические задачи: анализ изменений в окружающей среде и организация своего влияния на ситуацию, формирование бережного отношения к природе. Физические задачи: изучение физических свойств веществ продуктов, физические методы анализа вещества. Исторические задачи: исторические сведения о влиянии химических процессов на жизнь человека. Биологические задачи: изучение химического состава продуктов. Информатика - поиск информации в Интернете, создание и оформление презентаций, работа в текстовых и табличных редакторах.

, Программа имеет свою специфику. В результате занятий, во внеурочной деятельности учащиеся должны получить не только знания и умения, отвечающих стандарту общего образования, но и закрепить свои практические навыки в условиях дома.

План внеурочной деятельности составлен с учетом условий технической базы кабинета технологии.

Актуальность программы

Кулинария – это в своем роде искусство, которое приобретает не годами, а десятками лет опыта. И этот десяток лет неопытности иногда очень дорого обходится, особенно молодым людям. И нередко приходится слышать, вследствие этого, и о не удовольствиях в семейной жизни, отсутствием взаимопонимания.

Также домашняя кухня – далеко не маловажный фактор, определяющий здоровье человека. Хорошее рациональное питание (что совершенно не значит сверхизысканное и очень дорогое) предупреждает отклонения в здоровье, возникновение напряженности, агрессивности, просто плохого настроения.

Молодые люди редко осознают, что сытный завтрак может дать заряд хорошего настроения на весь предстоящий день, "пропущенный" же завтрак уже в полдень может стать причиной конфликта на работе, а позже завершится домашней ссорой.

Очень важно организовать свой быт так, чтобы еда приносила радость, была полезной, немудреной и аппетитной, поэтому будем учиться готовить еду из продуктов со своего огорода и домашней молочной продукции и еще по старинным рецептам.

II. Общая характеристика программы, с указанием форм внеурочной деятельности

Программа ориентирована на учащихся 13-15 лет. Практика показала, что учащиеся данного возраста успешно и с интересом занимаются во внеурочной деятельности по кулинарии. Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогают им в повседневной жизни. Формы и методы работы ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

Занятия проводятся по 2 часа в неделю, всего 68 часов в год.

Основными формами образовательного процесса являются:

- практическое занятие;
- беседа;
- игра.

практико - ориентированные учебные занятия, творческие мастерские, кабинет точки роста. На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (учащимся дается самостоятельные задания с учетом возможности);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или при отработке определенного технологического приема);
- групповая (разделение на мини группы для выполнение практической и лабораторной работы);

Ребята изучат правила санитарии и гигиены при кулинарных работах; безопасные приемы работы с кулинарным оборудованием и инструментами; работу с микроскопом и лабораторным оборудованием, познакомятся с историей, обычаями и традициями сибирской национальной кухни; узнают различия кухонь; будут иметь представления об организации современных предприятий общественного питания; усвоят классификацию блюд современных национальных кухонь и правила сервировки стола; смогут самостоятельно готовить блюда по рецептам, смогут самостоятельно вывести плесень, узнать ее свойства вреда и пользы, узнают разницу приготовления дрожжевого хлеба и хлеба на закваске, а также будут способны выдвигать творческие идеи, сотрудничать в коллективе.

Главный показатель реализации программы - личностный рост каждого ребенка, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Критерием уровня эффективности программы является усвоение образовательной части, повышение интеллектуального уровня, воспитанности и готовность к самостоятельной жизни в плане организации своего быта. Критерием оценки будет являться, индивидуально приготовленное блюдо на выбор учащегося.

III. Планируемые личностные и метапредметные результаты кружка «Здоровое питание»

Личностные результаты:

Ценностно-смысловая ориентация учащихся с принятыми этическими принципами:

- ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях.
- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- смыслообразование, т. е. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом
- обеспечение личностного морального выбора
- правила и основы рационального питания
- соблюдения гигиены питания
- полезные продукты питания.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

- постановка учебной задачи
- определение последовательности действий
- предвосхищение результата и уровня усвоения знаний
- контроль выполняемых действий

- корректировка выполняемой работы
- оценка качества приготовленного продукта
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия.

Познавательные

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск необходимой информации, с помощью компьютерных средств, расспросов старшего поколения;
- структурирование знаний;
- выбор оптимальных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание продукта;
- формирование алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

Коммуникативные

- строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.
- умение слушать и вступать в диалог;
- определение цели, функций участников, способов взаимодействия при приготовлении блюд;
- участвовать в коллективном обсуждении меню;

Предметные:

- работа на кулинарном оборудовании;
 - мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду
 - пользоваться инструкциями
 - накрывать стол с учетом различного меню
 - нарезать овощи кубиками и соломкой, фигурной нарезкой
 - варить кашу на воде и молоке
 - готовить третьи блюда
 - готовить изделия из теста
 - организовать праздничный стол соответственный данному празднику
 - готовить традиционные старинные сибирские блюда
 - готовить блюда (сыр) из домашних молочных продуктов
 - вывести плесень, знать ее свойства вреда и пользы,
 - узнают разницу приготовления дрожжевого хлеба и хлеба на закваске,

IV. Планируемые результаты деятельности

К концу обучения у детей предполагаются следующие результаты

Результаты обучения предоставлены в требованиях к уровню подготовки и содержат три компонента:

Знать - понимать – перечень необходимых для усвоения каждым учащимся знаний.

Уметь – владение конкретными навыками практической деятельности, а так же компонент, включающий знания и умения ориентированный на решение разнообразных задач.

Результаты обучения сформированы в требования в обобщенном виде.

По программе в наиболее обобщенном виде могут быть сформированы как овладение трудовыми и технологическими знаниями и умениями по преобразованию материалов, необходимых для создания продуктов труда в соответствии с их предполагаемыми функциональными и эстетическими свойствами умения оценивать свои интересы и склонность к изучаемым видам трудовой деятельности, составлять жизненные

планы, навыки самостоятельного планирования и ведения домашнего хозяйства. Формирование культуры труда, уважительное отношение к труду и результатам труда. Использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни.

Основные направления деятельности по реализации программы:

- Личностное развитие, социальная адаптация учащихся.
- Трудовое воспитание.
- Художественное – эстетическое воспитание
- Поисковая деятельность

V. Содержание программы

1. **Вводное занятие.** Значение питания в жизни человека. Состав пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода). Режим питания. Меню.
2. **Техника безопасности на занятиях по кулинарии.** Правила пользования нагревательными приборами. Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. Практическая работа. Выполнение правил техники безопасности во время приготовления пищи.
3. **Гигиена приготовления пищи.** Содержание в чистоте кухни и инвентаря. Личная гигиена во время приготовления пищи. Специальная одежда (передник, косынка, колпак, сменная обувь). Хранение и обработка продуктов. Аптечка. Выполнение правил гигиены во время приготовления пищи.
4. **Овощи в питании человека.** Оформление блюд. Салаты и заправки к ним. Винегрет. Украшения из овощей. Практические работы: Приготовление витаминного салата, винегрета, забавно оформленных блюд, украшений из овощей.
5. **Изделия из круп.** Питательная ценность круп, обработка, способы приготовления различных каш. Изделия из круп. Практические работы: Приготовление крупяных биточков и каши рассыпчатой.
6. **Изделия из молока и кисломолочных продуктов** Значения молочных блюд. Изделия из творога. Практические работы: Приготовление сырников, вареников ленивых и домашнего сыра.
7. **Масленица. Выпечка на пасху.** История праздников. Окраска яиц. Практические работы: Приготовление кулича. Приготовление блинчиков.
8. **Сладкие блюда и напитки.** Значение и вкусовые качества сладких блюд. Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота, киселя, желе, мусса). Горячие и холодные напитки. Способы приготовления горячих напитков. Практические работы: Приготовление киселя и напитка из иван – чая, рецепты народных напитков из трав и ягод.
9. **Изделия из теста.** Виды теста (пресное, дрожжевое, слоеное, песочное, бисквитное, заварное, пряничное). Начинки, кремы, помадки, глазурь. Украшение кондитерских изделий. Практические работы: Приготовление хвороста, печенья, пряников, пирогов, приготовление выпечки по старинным рецептам своего края (Качугский район)

Лабораторные работы:

1. Знакомство с микроскопом
2. Выращивание плесени на хлебе
3. Выращивание плесени на овощах
4. Приготовление препарата. Рассматривание под микроскопом пузырьков воздуха и плесени
5. Просмотр строения зерен пищевых растений
6. Твердые и мягкие сорта пшеницы
7. Сравнение дрожжевого и заквасочного материала под микроскопом
8. Определение настоящего и искусственного меда
9. Кисломолочные бактерии.
10. Изучение строения куриного яйца

VI. Тематическое планирование

| № п/п | Название разделов | Характеристики основных видов деятельности учащихся | Количество часов | | |
|-------|--|---|------------------|--------|----------|
| | | | всего | теория | практика |
| 1 | Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по кулинарии | Овладевать навыками личной гигиены при приготовлении пищи и хранении продуктов. | 1 | 1 | |
| 2 | Гигиена приготовления пищи. Правила поведения за столом. | Организовывать рабочее место. Определять набор безопасных для здоровья моющих и чистящих средств для мытья посуды. Осваивать безопасные приёмы работы с кухонным оборудованием, колющими и режущими инструментами, горячей посудой, жидкостью. Знакомство с микроскопом. Выращивание плесени на хлебе и овощах. Приготовление препарата. Рассматривание под микроскопом пузырьков воздуха и плесени | 5 | 1 | 4 |
| 4 | Изделия из круп | Знакомиться с устройством кастрюли-мультиварки. Определять экспериментально оптимальное соотношение крупы и жидкости при варке гарнира из крупы. Готовить рассыпчатую, вязкую и жидкую кашу. Определять консистенцию блюда. Готовить гарнир из бобовых или макаронных изделий. Находить и представлять информацию о крупах и продуктах их переработки; о блюдах из круп, Дегустировать блюда из круп. Просмотр строения зерен пищевых растений. Твердые и мягкие сорта пшеницы | 8 | 1 | 7 |
| 5 | Блюда их овощей | Находить и представлять информацию об овощах, применяемых в кулинарии, о блюдах из них, влиянии на сохранение здоровья человека, о способах тепловой обработки, способствующих сохранению питательных веществ и витаминов. Выполнять кулинарную механическую обработку овощей и фруктов. Выполнять фигурную нарезку овощей для художественного оформления салатов. Осваивать безопасные приёмы работы ножом и приспособлениями для нарезки овощей. Отрабатывать точность и координацию движений при выполнении приёмов нарезки. Готовить салат из сырых овощей или фруктов. | 8 | 2 | 6 |

| | | | | | |
|-------|---|--|----|----|----|
| 9 | Готовим из домашней молочной продукции. | Последовательность приготовления блюд из молока и кисломолочных продуктов. Планировать последовательность технологических операций по приготовлению блюд. Необходимые инструменты и оборудование для молочной и кисломолочной продукции. Находить и представлять информацию о кисломолочных продуктах, национальных молочных продуктах и их приготовление. Рассматривать «Кисломолочные бактерии». Приготовление сыра в домашней сыроварне | 14 | 2 | 12 |
| 10 | Изделия из теста по старинным сибирским рецептам | Подбирать инструменты и приспособления для приготовления теста, формования и выпечки мучных изделий по старинным рецептам. Хлеб на закваске. Планировать последовательность технологических операций по приготовлению теста и выпечки. Находить и представлять информацию о сибирских местных рецептах, о происхождении названий изделий из теста. Сравнение дрожжевого и заквасочного материала под микроскопом | 14 | 2 | 12 |
| 11 | Масленица и Пасха | Приготавливать изделия из жидкого теста. Дегустировать и определять качество готового блюда. Находить и представлять информацию о рецептах блинов, блинчиков и оладий, о народных праздниках, сопровождающихся выпечкой блинов. Блины на дрожжевой и сдобной основе. Находить и представлять информацию о рецептах куличей. | 10 | 2 | 8 |
| 13 | Сладкие, полезные, русские старинные и современные напитки. | Находить и представлять информацию о видах напитков. Технология приготовления иванчая. Дегустировать и определять качество напитка и его свойства. Определение настоящего и искусственного меда | 8 | 2 | 6 |
| Итого | | | 34 | 10 | 24 |

VI. Список литературы

1. Готовим по-домашнему, Москва, «АСТ-ПРЕСС СКД»
2. Сайт по кулинарии - <https://www.gastronom.ru/>
3. Сайт по кулинарии - <http://povar.ru/>
4. Технология. Технологии ведения дома. 5 класс: учебник для уч-ся общеобразовательных учреждений, Н. В. Сеница, В. Д. Симоненко.-М.: Вентана-Граф, 2015.
5. Технология. Технологии ведения дома: 6 класс: учебник для уч-ся общеобразовательных учреждений, Н. В. Сеница, В. Д. Симоненко.- М.: Вентана-Граф, 2015.- 192 с. Ил.
6. Интернет-ресурсы.
7. <https://www.liveinternet.ru/users/3961152/post407206821>
8. https://www.mirbeer.ru/articles/kulinariya/domashnee_syrovarenie/

Методическое обеспечение программы

В основе организации работы в кружке лежат субъект субъектные взаимоотношения руководителя и детей, где они равноправные партнеры, что обеспечивает комфортный психологический климат, способствующий созданию благоприятных условий для раскрытия и развития способностей каждого ребенка с ориентацией на общечеловеческие ценности.

Основным условием образовательного процесса является систематизация нравственного отношения к труду, к теоретической и практической созидательной деятельности.

Внеурочная деятельность проводится в кабинете технологии, при оборудовании которого предусмотрено все необходимое для занятий, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям. Помещение светлое, сухое, с проветриванием. Для учебной кухни целесообразно современное оборудование, кухонные шкафы, разделочный стол. Для работы необходим инвентарь: разделочные доски размером в комплектах, кухонные ножи: маленькие и средние, ложки из нержавеющей стали и деревянные, разливные ложки, дуршлаг, скалка, чайник, подносы, подставки под горячую посуду, миски трех-четырёх размеров, кастрюли трех размеров емкостью, сковороды. Лабораторное оборудование. Электрооборудование: электроплита, мильтиварка, кухонный комбайн, сыроварня, столовая и чайная посуда, в том числе столовый чайные сервизы – с учетом количества учащихся.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: передника и косынки, а так же сменной обуви.

Руководитель кружка строго следит за соблюдением детьми правил гигиены. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Работа кружка связана с использованием нагревательных приборов, с варкой, жареньем и выпечкой продуктов. Педагог особое внимание обращает на технику безопасности.

Дети учатся самостоятельно готовить блюда с учетом различных меню, правильно сервировать стол, содержать в чистоте кухонные принадлежности, проводить лабораторные исследования и т.д.

Календарно-тематическое планирование

7-8 класс «Здоровое питание»

2 час в неделю, 68 часа в год

| № п/п | Дата по плану | Дата по факту | Название темы | Количество часов | Примечание |
|-------|---------------|---------------|--|------------------|------------|
| 1 | | | Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях кружка. Основные требования и правила организации приготовления кулинарных блюд. | 1 | |
| 2 | | | Гигиена приготовления пищи. Правила поведения за столом. | 2 | |
| 3 | | | Безопасные приёмы работы с кухонным оборудованием. Знакомство с микроскопом | 2 | |
| 4 | | | Изделия из круп. Питательная ценность круп, обработка, способы приготовления различных каш. | 1 | |
| 5 | | | Просмотр строения зерен пищевых растений | 1 | |
| 6 | | | Рассыпчатая, вязкая и жидкая каша Твердые и мягкие сорта пшеницы | 2 | |
| 7 | | | Приготовление крупяных биточков и каши рассыпчатой | 2 | |
| 8 | | | Гарнир из бобовых или макаронных изделий. | 2 | |
| 9 | | | Полезное об овощах, применяемых в кулинарии, о блюдах из них, и влиянии их на сохранение здоровья человека. Выращивание плесени на овощах | 2 | |
| 10 | | | Блюда их овощей. Салаты и заправки к ним. | 2 | |
| 11 | | | Приготовление витаминного салата, винегрета. | 2 | |
| 12 | | | Фигурная нарезка овощей для художественного оформления салатов. | 2 | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|---|--|
| 13 | | | Молоко, молочные и кисломолочные продукты. Кисломолочные бактерии. | 2 | |
| 14 | | | Планирование последовательности технологических операций по приготовлению блюд. | 1 | |
| 15 | | | Полезные свойства творога. Изделия из творога. | 2 | |
| 16 | | | Приготовление сырников. | 2 | |
| 17 | | | Представление информации о кисломолочных продуктах, национальных молочных продуктах и их приготовление. Приготовление Йогурта | 2 | |
| 18 | | | Сыр. Сырные продукты | 1 | |
| 19 | | | Необходимые инструменты и оборудование для молочной и кисломолочной продукции. | 1 | |
| 20 | | | Приготовление сыра в сыроварне. Этапы изготовления. | 3 | |
| 21 | | | Изделия из теста. Виды теста (пресное, дрожжевое, слоеное, песочное, бисквитное, заварное и др). Сибирская выпечка. | 2 | |
| 22 | | | Инструменты и приспособления для приготовления теста. Выращивание плесени на хлебе | 2 | |
| 23 | | | Представление информации о сибирских местных рецептах, проект «Сибирские рецепты» Сравнение дрожжевого и заквасочного материала под микроскопом | 2 | |
| 24 | | | Приготовление хлеба на закваске | 2 | |
| 25 | | | Приготовление тарочек, хвороста. | 2 | |
| | | | Приготовление шанег, пирогов. | 2 | |
| 26 | | | Проект «Сибирские рецепты» - защита | 2 | |
| 27 | | | | | |
| 28 | | | Масленица. История праздника. Рассматривание под микроскопом пузырьков воздуха и плесени | 2 | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|----|--|
| 29 | | | Приготовление блинчиков. | 2 | |
| 30 | | | Пасха. История праздника. Кулич. Изучение строения куриного яйца | 2 | |
| 31 | | | Приготовление кулича | 2 | |
| 32 | | | Мастер – класс «Ой, Блиночки мои» | 2 | |
| 33 | | | Полезные, сладкие блюда и напитки. Определение настоящего и искусственного меда | 2 | |
| 34 | | | Технология приготовления сладких блюд из ягод (компота, киселя, отвара). | 1 | |
| 35 | | | Полезные и лечебные свойства иван-чая | 1 | |
| 36 | | | Иван-чай (капорский чай), сбор, заготовка, технология приготовления напитка из иван-чая. | 2 | |
| 37 | | | Горячие и холодные напитки. Приготовление киселя из клюквы, брусники. | 2 | |
| | | | Итого | 68 | |

Приложение 2

Система оценки достижения результатов внеурочной деятельности.

Система оценки достижения результатов внеурочной деятельности является оценка достижений учащихся для портфолио обучающегося.

Рефлексивная карта ученика заполняется по завершении года обучения.

- Чему я научился на занятиях? _____
- Буду ли я продолжать занятия в следующем учебном году? _____
- Над чем еще надо поработать? _____
- Где пригодятся знания? _____
- В полную ли силу я занимался? _____
- За что могу себя похвалить? _____

Проектные и реферативные работы по предоставленным темам

1. Действительно ли различные пищевые продукты приносят здоровью ту пользу, о которой сказано на этикетках?
2. Сделайте собственный сыр, йогурт или другие молочные продукты.
3. Польза кисломолочных продуктов.
4. Какие фрукты содержат больше всего сахара?
5. Воздействует ли тепловая обработка на вкус пищи?
6. Почему так важно есть фрукты и овощи?
7. Составьте собственную пирамиду здорового питания.
8. Действительно ли натуральные продукты более полезны для вашего здоровья?
9. Секреты сибирских рецептов.
10. Полезны ли напитки из ягод и фруктов?

Критерии оценки проектных и реферативных работ

Структура реферата:

- 1) титульный лист;
- 2) введение;
- 3) основная часть - текстовое изложение материала;
- 4) заключение;
- 5) список использованной литературы;
- б) приложения.

Требования к оформлению работы.

Работа оформляется на бумаге (формат А-4) текст должен быть написан шрифтом Times New Roman, кегль 14пт. Выравнивать текст нужно по ширине. Интервал между строчками одинарный. Поля: верхнее, нижнее и левое – 2 см, правое – 1 см, не более 6 страниц.

Реферат оценивается по следующим критериям.

| Требования к реферату | Баллы | | | |
|--|---------|---|------------|---|
| | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | зачтено | | не зачтено | |
| Соответствие содержания реферата заявленной тематике | + | + | + | - |
| Соответствие общим требованиям написания реферата | + | + | + | - |
| Чёткая композиция и структура, наличие содержания | + | + | + | - |
| Логичность представления материала | + | + | +/- | - |
| Самостоятельность изучения материала и анализа | + | + | +/- | - |

Реферат оценивается по пятибалльной шкале.

5 баллов – содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; реферат оформлен в соответствии с общими требованиями написания и техническими требованиями оформления реферата; реферат имеет чёткую композицию и структуру; в тексте реферата отсутствуют логические нарушения в представлении материала; представлен качественный анализ найденного материала.

4 балла – содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; реферат оформлен в соответствии с общими требованиями написания реферата, но есть погрешности в техническом оформлении; реферат имеет чёткую композицию и структуру; есть ошибки в оформлении; представлен качественный анализ найденного материала.

3 - 2 балла – содержание реферата соответствует заявленной в названии тематике; есть логические нарушения в представлении материала; есть ошибки в оформлении; не полностью представлен анализ найденного материала;

При оценивании реферата 3-2 баллами он должен быть переделан в соответствии с полученными замечаниями и сдан на проверку заново

Оценивания проектов

| Показатели проявления компетентности | Фамилии учащихся | | | | | |
|---|------------------|--|--|--|--|--|
| Предметно-информационная составляющая (максимальное значение – 6) | | | | | | |
| 1.Знание основных терминов и фактического материала по теме проекта | | | | | | |
| 2.Знание существующих точек зрения (подходов) к проблеме и способов ее решения | | | | | | |
| 3.Знание источников информации | | | | | | |
| Деятельностно-коммуникативная составляющая (максимальное значение –14) | | | | | | |
| 4.Умение выделять проблему и обосновывать ее актуальность | | | | | | |
| 5.Умение формулировать цель, задачи | | | | | | |
| 6.Умение сравнивать, сопоставлять, обобщать и делать выводы | | | | | | |
| 7.Умение выявлять причинно-следственные связи, приводить аргументы и иллюстрировать примерами | | | | | | |
| 8.Умение соотнести полученный результат (конечный продукт) с поставленной целью | | | | | | |
| 9.Умение находить требуемую информацию в различных источниках | | | | | | |
| 10.Владение грамотной, эмоциональной и свободной речью | | | | | | |
| Ценностно-ориентационная составляющая (максимальное значение – 8) | | | | | | |
| 11.Понимание актуальности темы и практической значимости работы | | | | | | |
| 12.Выражение собственной позиции, обоснование ее | | | | | | |
| 13.Умение оценивать достоверность полученной информации | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|
| 14. Умение эффективно организовать индивидуальное информационное и временное пространство | | | | | | |
| ИТОГО: | | | | | | |

Максимально возможное количество баллов: 28

- Оценка “удовлетворительно”: от 12 до 17 баллов (42%)
- Оценка “хорошо”: от 18 до 24 баллов (65%)
- Оценка “отлично”: от 25 до 28 баллов (90%)

«Если хочешь научить меня чему-то,
 Позволь мне идти медленно...
 Дай мне приглядеться...
 Потрогать и подержать в руках
 Послушать...
 Понюхать...
 И даже попробовать на вкус...
 О, сколько всего я смогу найти самостоятельно!»