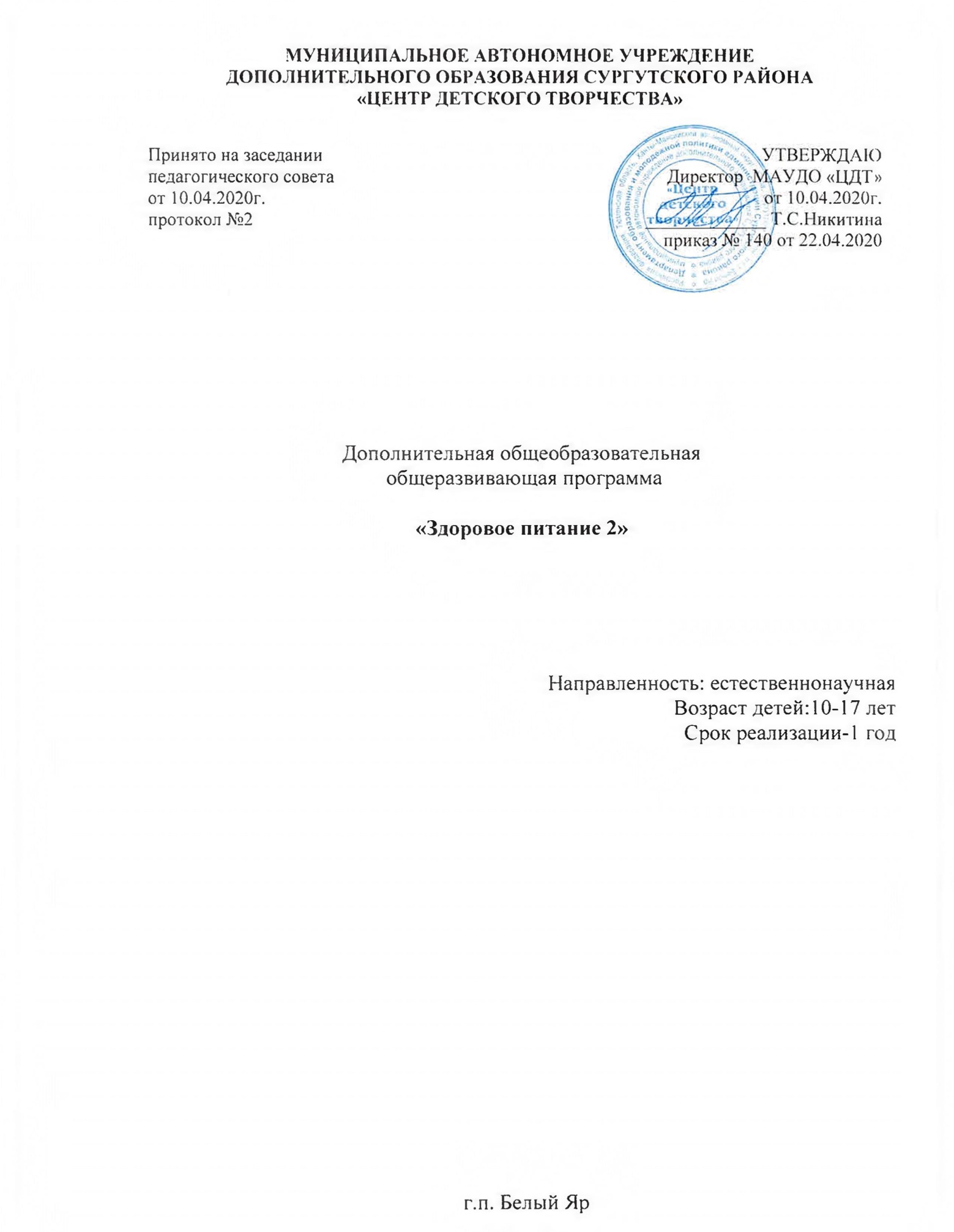
****

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| Название программы | **«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ 2»** |
| Направленность программы | Естественнонаучная |
| Классификация программы | модифицированная, модульная |
| Ф.И.О. составителя  программы | Гоц Лариса Николаевна,  педагог дополнительного образования |
| Год разработки | 2020 |
| Территория | ХМАО-Югра, Сургутский район, г.п. Белый Яр |
| Юридический адрес учреждения | Российская Федерация, Тюменская область, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, 628433, Сургутский район, г.п. Белый Яр,  ул. Лесная, 8б |
| Контакты | Телефон: 8 (3462) 74‑56-01, 8 (3462) 74‑86-30  е-mail: [rcdt61@mail.ru](mailto:rcdt61@mail.ru) |
| Цель | формирование у обучающихся  основ культуры здорового питания |
| Задачи | ***обучающие:***   * освоить начальные экологические навыки; * познакомить c ассортиментом, качественной и товароведной характеристикой различных видов продуктов; * отработать щадящие кулинарные технологии обработки продуктов, необходимые для приготовления блюд; * сформировать знания, навыки и умения технологии приготовления блюд, мучных и кондитерских изделий с учетом сохранения витаминов и минеральных веществ; * освоить способы сервировки и варианты оформления и подачи простых блюд, температуру подачи; правила хранения готовых блюд; * освоить правила здорового питания.   ***развивающие:***   * развивать творческие способности обучающихся; * развивать коммуникативные навыки детей, умение взаимодействовать со сверстниками в процессе решения проблемы; * развивать навыки экономного ведения хозяйства; * развивать навыки здорового образа жизни; * развивать память, внимание, эстетический вкус.   ***воспитательные:***   * формировать общую культуру личности; * формировать видение прекрасного в кулинарном творчестве; * формировать творческий подход к своей работе и самостоятельности; * воспитывать трудолюбие, уважение к людям труда. |
| Документы, послужившие основанием для разработки проекта | * Конституция Российской Федерации. * Конвенция о правах ребенка. * Федеральный закон № 273-ФЗ от 21.12.2012 года «Об образовании Российской Федерации». * Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». * Концепция развития дополнительного образования и молодежной политики в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре. * Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Минобрнауки РФ ФГАУ «ФИРО» г. Москва, 2015 г.). * Постановление от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 (Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей). * Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе -Югре». * Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 20.08.2018г. № 1142 «О внесении изменений в Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре». * Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования Сургутского района «Центр детского творчества». * Положение о дополнительной общеобразовательной программе педагога дополнительного образования муниципального автономного учреждения дополнительного образования Сургутского района «Центр детского творчества». |
| Срок реализации программы | 1 год (168 часов ) |
| Возраст обучающихся | 10-17 лет |
| Формы занятий | Традиционные занятия, практические занятия, игры, выставки, путешествия, конкурсы, фестивали, праздники, викторины, квесты, творческие отчеты, защита проектов. |
| Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.) | * Учебный кабинет, соответствующий требованиям САНПин; * Доступ к интернет ресурсам через компьютер. |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая программа) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

* Конституция Российской Федерации.
* Конвенция о правах ребенка.
* Федеральный закон № 273-ФЗ от 21.12.2012 года «Об образовании Российской Федерации».
* Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
* Концепция развития дополнительного образования и молодежной политики в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре.
* Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Минобрнауки РФ ФГАУ «ФИРО» г. Москва, 2015 г.).
* Постановление от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 (Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей).
* Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе -Югре».
* Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 20.08.2018г. № 1142 «О внесении изменений в Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре».
* Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования Сургутского района «Центр детского творчества».
* Положение о дополнительной общеобразовательной программе педагога дополнительного образования муниципального автономного учреждения дополнительного образования Сургутского района «Центр детского творчества».

Программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы «Здоровая еда» О. В. Чахоян, 2019 г.

Модульное построение программы способствует приобретению ключевых компетенций, дальнейшее применение которых возможно во многих жизненных ситуациях, образовательной и профессиональной сферах.

Дополнительная общеразвивающая программа «Здоровое питание 2» имеет ***естественнонаучную направленность.*** Содержание программы направлено на раскрытие, развитие способностей, возможностей обучающихся, необходимых для качественного обучения и функционирования в социальной среде, связанной с кулинарным искусством с учетом сохранения здоровья человека.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровое питание 2» состоит из двух модулей:

**1-ый модуль - «Кулинарно-экологический ликбез».**

*Образовательная задача модуля*: освоение материала данного модуля ориентировано на: формирование начальных экологических навыков; знаний, умений и навыков технологии приготовления блюд, напитков и десертов с учетом правил рационального питания; углубление знаний о природных богатствах ХМАО.

**2-ой модуль - «Фестиваль здорового питания».**

*Образовательная задача модуля:* освоение материала данного модуля ориентировано на формирование кулинарных навыков приготовления блюд из яиц и творога, мяса, птицы и рыбы, супов с соблюдением здоровьесберегающих технологий; освоение правил приема пищи; освоение технологии приготовления вегетарианских блюд различных направлений кулинарии.

Модули могут быть реализованы в течение одного учебного года.

**Актуальность**

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

Снижение уровня показателей здоровья подростков, рост количества подростков с нарушениями жирового и углеводного обменов - актуальная проблема современного общества и зависит от душевного и телесного здоровья, что напрямую связано с образом жизни, который ведёт человек. Главная задача воспитания - сохранение физического, психического здоровья подрастающего поколения.

Проблема рационального питания имеет выраженное социальное значение. Она относится к категории глобальных проблем, играющих существенную роль в обеспечении качества жизни человека, его здоровья и продолжительности жизни. Идея дополнительной общеразвивающей программы «Здоровое питание» заключается в раскрытии, развитии способностей, возможностей обучающихся, необходимых для качественного обучения и функционирования в социальной среде, связанной с кулинарным искусством с учетом сохранения здоровья человека.

**Педагогическая целесообразность** дополнительной общеобразовательной программы «Здоровое питание 2» заключается в реализации задач, связанных с современными образовательными технологиями, отраженными в принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности) и средствами обучения. Применяемые на занятиях методы обучения и содержательный компонент программы в полной мере отвечают возрастным особенностям детей. Данная программа направлена на создание условий для культурного и социального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка. В ходе реализации дополнительной общеобразовательной программы «Здоровое питание» формируются учебно-познавательные и коммуникативные компетенции. Кроме того, строгая последовательность тем в сочетании с индивидуальным подходом позволяет сформировать знания в области здоровьесберегающей кулинарии.

**Новизна** данной дополнительной общеобразовательной модульной программы заключается в том, что она ставит и решает традиционную для подобных программ задачу обучения основам кулинарии с использованием здоровьесберегающих технологий. Программа имеет практическую направленность. Осваивая темы учебно - тематического плана, тот или иной обучающийся выполняет задания на доступном ему уровне сложности, занимается в меру свойственной ему работоспособности, усидчивости и интереса.

Закрепление полученных знаний осуществляется в процессе выполнения практических работ, содержание которых разрабатывается педагогом. Ещё одной особенностью программы является социальное проектирование, направленное на социализацию подростков. Освоение данного раздела позволит обучающимся ориентироваться в кулинарном социуме, соблюдая принципы здорового питания.

Программа допускает возможность педагога определить новый порядок изучения материала, изменить количество часов внутри разделов, внести изменения в содержание изучаемой темы, основываясь на индивидуальных особенностях обучающихся, базовых знаниях и желаниях обучающихся.

**Цель обучения:** формирование у обучающихся  основ культуры здорового питания.

**Задачи обучения:**

***обучающие:***

* освоить начальные экологические навыки;
* познакомить c ассортиментом, качественной и товароведной характеристикой различных видов продуктов;
* отработать щадящие кулинарные технологии обработки продуктов, необходимые для приготовления блюд;
* сформировать знания, навыки и умения технологии приготовления блюд, мучных и кондитерских изделий с учетом сохранения витаминов и минеральных веществ;
* освоить способы сервировки и варианты оформления и подачи простых блюд, температуру подачи; правила хранения готовых блюд;
* освоить правила здорового питания.

***развивающие:***

* развивать творческие способности обучающихся;
* развивать коммуникативные навыки детей, умение взаимодействовать со сверстниками в процессе решения проблемы;
* развивать навыки экономного ведения хозяйства;
* развивать навыки здорового образа жизни;
* развивать память, внимание, эстетический вкус.

***воспитательные:***

* формировать общую культуру личности;
* формировать видение прекрасного в кулинарном творчестве;
* формировать творческий подход к своей работе и самостоятельности;

воспитывать трудолюбие, уважение к людям труда.

Количество обучающихся в группе: 10-15 человек.

**Программа обучения рассчитана:** на 1 год (168 часов)

**Режим занятий**

1 год обучения – 168 часов: 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа)

Режим занятий обучающихся соответствует санитарным нормам, установленным для детей возраста 10-17 лет.

**Методы обучения** (по внешним признакам деятельности педагога и обучающихся):

традиционные занятия, практические занятия, игры, театрализованные представления, выставки, конкурсы, праздники, викторины, защита проектов, видео – экскурсии, творческие отчёты.

По источнику получения знаний:

* словесные;
* наглядные: демонстрация плакатов, схем, моделей; использование технических средств; просмотр видео – экскурсий;
* практические: традиционные занятия, практические занятия, игры, театрализованные представления.

По степени активности познавательной деятельности учащихся:

* объяснительный;
* иллюстративный;
* исследовательский.

**Формы организации деятельности обучающихся на занятии:**

* фронтальная;
* групповая;
* индивидуальная.

**Образовательные технологии**

При реализации данной программы используются личностно - ориентированные, проектные, игровые, здоровьесберегающие, информационно - коммуникационные технологии.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

Основным результатом деятельности обучающихся при завершении курса является презентация мастер-класса на фестивале здорового питания.

**Личностные результаты:**

* формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре своего и других народов;
* овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
* формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания чувствам других людей и сопереживание им;
* развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения избегать конфликтов;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
* способность и готовность к использованию краеведческих знаний и умений в повседневной жизни в процессе приготовления пищи;
* специальные способности к познанию и творчеству: активность воображения, образность мышления, чувств, восприятия;
* развитие коммуникативных умений и навыков (обеспечивающих совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение адекватно оценивать свои достижения и достижения других, оказывать помощь другим, разрешать конфликтные ситуации).

**Метапредметные результаты:**

* умение сравнивать, анализировать, выделять главное, обобщать;
* умение вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной работы;
* умение планировать и грамотно осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей, находить варианты решения различных творческих или технических задач;
* умение рационально строить самостоятельную творческую деятельность;
* осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, к достижению более высоких результатов.

**Предметные результаты:**

Обучающиеся освоят:

* освоят начальные экологические навыки;
* познакомятся c ассортиментом, качественной и товароведной характеристикой различных видов продуктов;
* отработают щадящие кулинарные технологии обработки продуктов, необходимые для приготовления блюд;
* сформируют знания, навыки и умения технологии приготовления блюд, мучных и кондитерских изделий с учетом сохранения витаминов и минеральных веществ;
* освоят способы сервировки и варианты оформления и подачи простых блюд, температуру подачи; правила хранения готовых блюд;
* освоят правила здорового питания.

**Способы и формы выявления результатов:** наблюдение, беседа, опрос, игры, итоговые занятия.

**Способы и формы фиксации результатов:** грамоты и дипломы, творческие отчёты, проекты.

**Способы и формы предъявления результатов:** защита проекта, выставка творческих работ, презентация мастер-класса.

Для определения качества обученности по данной программе используется уровневая оценка: стартовый, базовый, продвинутый.

Результат прохождения первого модуля – творческая работа «Полезные десерты», второго модуля – «Фестиваль здорового питания». По окончании курса обучающимся выдаётся свидетельство об обучении с указанием уровня усвоения материала.

**Система условий реализации программы основана на следующих принципах:**

* *коммуникативный принцип* – позволяет строить обучение на основе общения равноправных партнеров и собеседников, дает возможность высказывать свое мнение (при взаимном уважении), формирует коммуникативно-речевые навыки.
* *гуманистический принцип* - создание благоприятных условий для обучения всех детей, признание значимости и ценности каждого обучающегося (взаимопонимание, ответственность, уважение).
* *принцип культуросообразности* – предполагает, что творчество обучающихся должно основываться на общечеловеческих ценностях культуры и строится в соответствии с нормами и ценностями, присущими традициям нашего региона.
* *принцип коллективности* - дает опыт взаимодействия с окружающими, создаёт условия для самопознания.

**Условия реализации**

Материально-техническое оснащение процесса обучения:

* Стол компьютерный (1 шт. для педагога).
* Стул компьютерный (1 шт. для педагога).
* Принтер – 1 шт.
* Производственные столы - 4 шт.
* Электроборудование лаборатории: электроплиты – 2 шт., миксеры бытовые – 2 шт.
* Моечные ванны -3 шт.
* Инвентарь, посуда, инструменты.
* Дегустационные столы – 3 шт., стулья – 15 шт.

**Характеристика педагогического состава**

**Педагог**, реализующий дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу: Гоц Лариса Николаевна, педагог дополнительного образования.

**Стаж работы** – 11 лет.

**Квалификационная категория**-высшая

**Должностные обязанности** в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе:

* реализация дополнительной программы;
* разработка и внедрение в образовательный процесс новых дидактических разработок;
* побуждение обучающихся к самостоятельной работе, творческой деятельности;
* информационное сопровождение обучающихся при выполнении и защите творческих работ.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название модуля | Количество часов | | | Формы аттестации, контроля |
| всего | теория | практика |
| 1. | Кулинарно-экологический ликбез | 68 | 17 | 51 | Опрос, наблюдение, открытые и итоговые занятия, тестирование, конкурсы, защита творческой работы, выставки, фестивали |
| 2. | Фестиваль здорового питания | 100 | 25 | 75 |
|  | **ИТОГО** | **168** | **42** | **126** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Модуль 1. «Кулинарно-экологический ликбез**»: 68 часов (теория – 17 часов, практика – 51 часа).

**Стартовый уровень:** под руководством педагога обучающиеся формируют знания основных экологических понятий, способы определения качества воды, технологию приготовления витаминных напитков, научатся их готовить.

**Обучающиеся познакомятся :**

-с техникой безопасности и пожарной безопасности на рабочем месте, охраной труда;

-с основными экологическими понятиями;

-с основными методами определения качества воды;

-с технологией приготовления витаминных напитков.

*Диагностическая оценка уровня:* тестовая работа.

**Базовый уровень:** под руководством педагогаобучающиеся освоят способы щадящей механической и тепловой обработки продуктов, технологию приготовления блюд из овощей и грибов, круп.

**Обучающиеся познакомятся :**

-со значением овощей в питании, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из овощей и грибов;

со значением круп в питании, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из круп.

*Диагностическая оценка уровня:* практическая работа.

**Продвинутый уровень:** обучающиеся способны самостоятельно изучить технологию приготовления десертов и приготовить их**.**

**Обучающиеся познакомятся :**

-с кондитерскими инструментами и приспособлениями, ассортиментом посуды для выпечки и подачи;

-технологией приготовления бисквитного, медового и слоеного теста;

-технологией приготовления пирожных и тортов.

*Диагностическая оценка уровня:* защитатворческой работы «Полезные десерты».

**Модуль 2. «Фестиваль здорового питания»**: 100 часов (теория – 25 часов, практика – 75 часов).

**Стартовый уровень:** под руководством педагога обучающиеся формируют знания технологии приготовления блюд творога и яиц и супов, приобретут навыки и умения их приготовления.

- со значением творога и яиц, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из творога и яиц.

*Диагностическая оценка уровня:* тестовая работа.

**Базовый уровень:** под руководством педагога обучающиеся формируют знания технологии приготовления блюд из птицы, мяса и рыбы, приобретут навыки и умения их приготовления.

**Обучающиеся познакомятся :**

- со значением птицы, мяса и рыбы в питании, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из птицы, мяса и рыбы.

*Диагностическая оценка уровня:* практическая работа.

*Диагностическая оценка уровня:* практическая работа.

**Продвинутый уровень:** обучающиеся самостоятельно разрабатывают мастер-классы приготовления вегетарианских блюд по различным направлениям кулинарии, смогут самостоятельно приготовить блюда для мастер-классов и презентовать вегетарианское блюдо на фестивале здорового питания.

**Обучающиеся познакомятся :**

- с тематикой мастер-классов по приготовлению вегетарианских блюд.

-основными положениями диеты Дюкана;

-с аюрведической кулинарией;

-с правилами подготовки и проведения фестиваля здорового питания.

*Диагностическая оценка уровня:* «Фестиваль здорового питания».

По окончании обучения обучающиеся награждаются дипломами, грамотами.

**I модуль «Кулинарно-экологический ликбез»**

**1. Экология в повседневной жизни.**

Теория:

Биологическая и энергетическая ценность продуктов питания. Понятие экологически чистый продукт. Генетически модифицированные продукты. Пищевые добавки и консерванты.

Практика:

Подготовка презентации «Экологические риски в повседневной жизни». Приготовление творожной запеканки. «Экологическая разведка» в местном супермаркете. Приготовление картофельных шариков с укропом. Анализ продуктов, употребляемых в семье. Памятка для родителей «Экологический ликбез». Приготовление пирога с безе и брусникой к чаю. Исследование «Пищевые добавки и здоровье человека».

**2. Вода и напитки.**

Теория:

Питьевая вода и её качество. Витаминные напитки.

Практика:

Составление памятки «Чудо-водица!» Приготовление морса из клюквы. Приготовление компота из сухофруктов. Приготовление киселя из шиповника и брусники. Чай из иван-чая и мелиссы.

**3. Полезные овощи и грибы для правильного питания.**

Теория:

Овощи в питании человека. Как избавиться от пестицидов? Рецепты витаминных салатов. Блюда из овощей. Грибной мир ХМАО. Блюда из грибов.

Практика:

Приготовление картофеля «в молоке». Приготовление пирожков с картофелем и зеленью. Памятка «Как избавиться от пестицидов?» Приготовление свекольных котлет. Приготовление салата из свежей капусты с клюквой. Приготовление салата «Солнышко». Приготовление зраз картофельных. Подготовка презентации «Грибной мир ХМАО». Приготовление грибного салата. Приготовление шампиньонов фаршированных.

**4. Крупы и наше здоровье.**

Теория:

Значение круп в питании человека***.*** Полезные каши. Блюда из круп.

Практика:

Презентация «Крупы». Приготовление пшенной каши с тыквой. Приготовление запеканки рисовой с творогом и фруктами.

**5. «Лаборатория Сладкоежки»**

Теория:

Кондитерские инструменты и приспособления. Посуда для приготовления десертов. Правила обработки яиц. Сальмонеллез. Бисквитное тесто. Медовое тесто. Слоеное тесто. Пирожные.

Практика:

Подготовка презентации «Инструменты для приготовления сладких изделий». Приготовление желе.

Изделия на растительных жирах, вред или польза? Приготовление бисквита на горячем молоке. Приготовление рулета. Приготовление медовика. Приготовление торта «Наполеон». Приготовление эклеров. Приготовление пирожного «Картошка».

**II модуль «Фестиваль здорового питания»**

**1. Блюда из творога и яиц.**

Теория:

Значение блюд из творога и яиц в питании. Правила обработки яиц. Сальмонеллез. Блюда из яиц. Омлеты. Блюда из творога.

Практика:

Приготовление яичной кашки (брюи). Приготовление ленивых вареников. Приготовление сырников с изюмом. Приготовление пончиков. Приготовление ватрушек с творогом и брусникой.

**2. Мир супов.**

Теория:

Ассортимент супов. Технология приготовления супов.

Практика:

Приготовление супа-пюре из грибов. Приготовление щей из квашеной капусты с зеленью. Приготовление рассольника. Приготовление сырного супа.

**3. Мясо. Птица. Рыба. Вред или польза?**

Теория:

Значение в питании блюд из рыбы, мяса и птицы. Возникновение и предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным употреблением животных продуктов питания. Ассортимент мяса. Приготовление котлетной массы. Приготовление блюд из мяса. Ассортимент рыбы. Обработка рыбы. Приготовление блюд из рыбы. Ассортимент птицы. Обработка птицы. Приготовление блюд из птицы.

Практика:

Подготовка презентации «Значение в питании блюд из птицы». Разработка памятки «Профилактика описторхоза». Разработка сбалансированного меню для людей с избыточным весом. Приготовление рулета из мяса с овощами. Приготовление говядины отварной с кисло-сладким соусом. Приготовление паровых котлет из мяса. Приготовление бефстроганов. Приготовление мяса по-французски. Приготовление печеночных оладий. Приготовление рыбы отварной. Приготовление тельного. Приготовление рыбных фрикаделек в молочном соусе. Приготовление рыбы по-русски. Приготовление рыбы по-польски. Приготовление ухи домашней. Приготовление салата столичного. Приготовление птицы, запеченной с овощами. Приготовление котлет «пожарских». Приготовление куриных отбивных с ветчиной и сыром. Приготовление блинчиков куриных. Приготовление рулета из птицы парового.

**4. Фестиваль здорового питания.**

Теория:

Выбор тематики мастер-классов. Разработка плана фестиваля. Оформление технологических карт для фестивальных блюд. Подготовка мастер-классов.

Практика:

Приготовление яблок, запеченных с брусникой и черникой. Приготовление пшенной каши с морковью и курагой. Приготовление творожной запеканки с яблоком и маком. Приготовление печенья по Дюкану. Мастер-класс «Аюрведическая кулинария». Мастер-класс «Выпечка с заботой о здоровье». Приготовление гречневых маффин. Приготовление и презентация блюд здорового питания.

**5. Социальный проект «Территория детства».**

Теория:

Смузи. Шоколадное фондю. Блинные роллы. Полезные свойства «зеленых» блюд.

Практика:

Приготовление смузи из замороженных ягод. Приготовление шоколадного фондю из мандаринов и апельсинов. Приготовление блинных ролл с начинкой из рыбы и брынзы. Подготовка презентации «Влияние зеленых овощей и фруктов на здоровье человека». Приготовление и презентация любимого «зеленого» блюда. Приготовление пирога наливного с начинкой со щавелем.

.

**Список литературы:**

*для педагога*

1.Соковая И.И. Основы здорового образа жизни, Москва, Академия,2015

4.Лагутина Л. А. Русская кухня от заедок до закусок, Ростов-на-Дону, Феникс, 2015

6.Ермолаева Е. В. Запеканки, Челябинск, Аркаим, 2016

7.Черепанова О. С. Рулеты, Челябинск, Аркаим, 2014

9.Шальникова В.И. Русская Кухня, Челябинск, Аркаим, 2016

10.Гимерова И.Д. Большая поваренная книга, Москва, Эксмо, 2014

13.Егорова С. Ключ к здоровью, красоте и успеху, Москва, Ридерс Дайжест, 2017

14.Блейз А.И. Гурман, Москва, Крон-пресс, 2016

15.Шацкая Л.П. Торты, пирожные, Москва, Локид, 2015

16.Носенко Т. И. Холодные блюда на любой вкус, Москва, АСТ-Пресс, 2016

*для обучающихся*

1.Мусин А. Д. Салаты и закуски, Москва, Эксмо, 2017

2. 10.Гимерова И.Д. Большая поваренная книга, Москва, Эксмо, 2015

***Интернет-ресурсы:***

<http://www.studfiles.ru/preview/6064568/page:3/>

<http://www.gotovimdetkam.com/>

<http://www.povarenok.ru/>

<http://pirozochki.com/katalog-kulinarnyh-sajtov>

<http://www.edimdoma.ru/full_telecasts>

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**К МОДУЛЮ 1 «КУЛИНАРНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЛИКБЕЗ»**

Кулинарное искусство насчитывает тысячелетия. За столь долгий путь кулинария не переставала развиваться и совершенствоваться. Главное правило кулинарии – доставить удовлетворение человеку прекрасно приготовленной, разнообразной, полезной и вкусной пищей.

Во главу искусства кулинарии поставлена основная задача, чтобы пища была здоровой, содержала все питательные вещества, необходимые для жизнедеятельности и нормального развития человека. Более того, пища должна удовлетворять все рецепторы организма – быть красиво оформленной, удовлетворять сложным вкусовым и обонятельным восприятиям человека. Академик И. П. Павлов подчеркивал в своих высказываниях, что пища должна вызывать наслаждение у человека.

В процессе освоения модуля обучающиеся познакомятся с основными экологическими понятиями, научатся выбирать экологически качественные продукты для приготовления блюд и кондитерских изделий; технологией приготовления блюд из овощей, круп, творога и яиц, супов, мяса, птицы и рыбы, кондитерских изделий с соблюдением здоровьесберегающих технологий, научатся их готовить; познакомятся с грибным миром ХМАО и технологией приготовления блюд из грибов, будут их готовить; приобретут навыки и умения приготовления витаминных напитков; освоят правила приема пищи; смогут самостоятельно готовить вегетарианские блюда различных направлений кулинарии.

**Образовательная цель модуля:** сформировать начальные навыки и умения экологического правильного питания.

**Образовательные задачи модуля:**

**обучающие**:

* освоить начальные экологические навыки;
* формировать знания методов определения качества питьевой воды;
* познакомиться с болезнями, обусловленными качеством воды;
* формировать знания, навыки и умения приготовления витаминных напитков, блюд из овощей и грибов, круп, кондитерских изделий;
* познакомиться с грибным миром ХМАО.

**развивающие:**

* развивать здоровьесберегающую кулинарную культуру;
* развивать творческие способности обучающихся;
* развивать коммуникативные навыки детей, умение взаимодействовать со сверстниками в процессе решения проблемы;
* развивать память, внимание, эстетический вкус.

**воспитательные:**

* формировать общую культуру личности;
* формировать творческий подход к своей работе и самостоятельности;
* воспитывать трудолюбие, уважение к людям труда.

**Формы организации занятий:**

беседы, дискуссии, обучающие игры, презентацию - публичное представление определенной темы или предмета; защиту проекта - обоснование проделанной работы; мозговая атака; игры; защита творческой работы.  
**Методы организации занятий**:

* словесный;
* наблюдения;
* проблемно-поисковый;
* исследовательский.

**СОДЕРЖАТЕЛЬНОЕ НАПОЛНЕНИЕ МОДУЛЯ**

**Всего: 68 часов (теории – 17 часов, практики – 51 часов)**

**Стартовый уровень:** под руководством педагога обучающиеся формируют знания основных экологических понятий, способы определения качества воды, технологию приготовления витаминных напитков, научатся их готовить.

**Обучающиеся познакомятся :**

-с техникой безопасности и пожарной безопасности на рабочем месте, охраной труда;

-с основными экологическими понятиями;

-с основными методами определения качества воды;

-с технологией приготовления витаминных напитков.

*Диагностическая оценка уровня:* тестовая работа.

**Базовый уровень:** под руководством педагогаобучающиеся освоят способы щадящей механической и тепловой обработки продуктов, технологию приготовления блюд из овощей и грибов, круп.

**Обучающиеся познакомятся :**

-со значением овощей в питании, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из овощей и грибов;

со значением круп в питании, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из круп.

*Диагностическая оценка уровня:* практическая работа.

**Продвинутый уровень:** обучающиеся способны самостоятельно изучить технологию приготовления десертов и приготовить их**.**

**Обучающиеся познакомятся :**

-с кондитерскими инструментами и приспособлениями, ассортиментом посуды для выпечки и подачи;

-технологией приготовления бисквитного, медового и слоеного теста;

-технологией приготовления пирожных и тортов.

*Диагностическая оценка уровня:* защитатворческой работы «Полезные десерты».

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Перечень модулей, разделов, тем | Количество часов | | |
|  | Всего часов | Теория | Практика |
| **I**  **модуль** | **«Кулинарно-экологический ликбез»** | | | |
|  | *Стартовый уровень* |  |  |  |
| ***1*** | ***Экология в повседневной жизни.*** | ***16*** | ***4*** | ***12*** |
| 1 | Инструктаж по ТБ. Биологическая и энергетическая ценность продуктов питания. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление творожной запеканки. | 2 |  | 2 |
| 3 | Понятие экологически чистый продукт. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление картофельных шариков с укропом. | 2 |  | 2 |
| 5 | Генетически модифицированные продукты | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Приготовление пирога с безе и брусникой к чаю. | 2 |  | 2 |
| 7 | Пищевые добавки и консерванты. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Исследование «Пищевые добавки и здоровье человека». | 2 |  | 2 |
| ***1.2*** | ***Вода и напитки.*** | ***8*** | ***2*** | ***6*** |
| 1 | Питьевая вода и её качество. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Витаминные напитки. Приготовление морса из клюквы. | 2 |  | 2 |
| 3 | Приготовление киселей и компотов. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Травяные чаи. Чай из иван-чая и мелиссы. | 2 |  | 2 |
|  | *Базовый уровень* |  |  |  |
| ***1.3*** | ***Полезные овощи для правильного питания.*** | ***16*** | ***4*** | ***12*** |
| 1 | Овощи в питании человека. Картофель «в молоке». | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление пирожков с картофелем и зеленью. | 2 |  | 2 |
| 3 | Приготовление салата из свежей капусты с клюквой. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление салата «Солнышко». | 2 |  | 2 |
| 5 | Приготовление свекольных котлет. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Приготовление зраз картофельных. | 2 |  | 2 |
| 7 | Грибной мир ХМАО. Приготовление грибного салата | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Приготовление шампиньонов фаршированных. | 2 |  | 2 |
| ***1.4*** | ***Крупы и наше здоровье.*** | ***8*** | ***2*** | ***6*** |
| 1 | Крупы в питании человека***.*** Каши. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление пшенной каши с тыквой. | 2 |  | 2 |
| 3 | Запеканки из круп. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление запеканки рисовой с творогом и фруктами. | 2 |  | 2 |
|  | *Продвинутый уровень* |  |  |  |
| ***1.5*** | ***Лаборатория «Сладкоежки»*** | ***20*** | ***5*** | ***15*** |
| 1 | Кондитерские инструменты и приспособления. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление желе. | 2 |  | 2 |
| 3 | Бисквитное тесто. Приготовление рулета. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление бисквита на горячем молоке. | 2 |  | 2 |
| 5 | Медовое тесто. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Приготовление медовика. | 2 |  | 2 |
| 7 | Слоеное тесто. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Приготовление торта «Наполеон». | 2 |  | 2 |
| 9 | Пирожные. Эклеры. | 2 | 1 | 1 |
| 10 | Приготовление пирожного «Картошка». | 2 |  | 2 |
|  | **ИТОГО** | **68** | **17** | **51** |

**Результатом обучения** являются знания, умения и навыки, которые дети приобретут к концу изучения модуля:

* знания техники безопасности и пожарной безопасности на рабочем месте, охраны труда;
* знания основных экологических понятий;
* знания основных методов определения качества воды;
* знания технологии приготовления витаминных напитков, блюд из овощей и грибов и круп, научатся их готовить;

навыки и умения выбирать качественные продукты для приготовления блюд, напитков и кондитерских изделий;

* навыки и умения определения качества воды в домашних условиях;
* навыки и умения приготовления витаминных напитков, блюд из овощей, грибов и круп, кондитерских изделий.

**Образовательные результаты модуля:**

* обучающиеся понимают значимость для своего здоровья и окружающих, умение правильно выбирать продукты для приготовления блюд;
* обучающиеся анализируют процессы выполнения кулинарных работ, умеют корректировать свою работу;
* у обучающихся формируется мировоззрение здорового образа жизни;
* обучающиеся получают возможность формировать креативное мышление в процессе приготовления блюд, напитков и кондитерских изделий;
* у обучающихся формируется культура общения со сверстниками;
* обучающиеся получают возможность развития деятельностных способностей в процессе приготовления блюд.

**Критерии оценки качества усвоения**

**знаний, умений и навыков\_модуль 1**

*Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Критерии оценки качества | Формы оценки качества | Уровни освоения программы | | |
| высокий  (3 балла) | средний  (2 балла) | низкий  (1 балл) |
| *Теоретические знания* | | | | | |
|  | Основные экологические понятия | опрос, наблюдение, итоговые занятия, тестирование, решение проблемных задач, коллективный анализ работ, конкурсы | Безошибочное выполнение задания | Допускается незначительная часть ошибок (не более трех) | В выполненном задании наблюдается значительная часть ошибок (более 10) |
|  | Способы определения качества воды |
|  | Технология приготовления витаминных напитков |
|  | Технология приготовления блюд из овощей и грибов |
|  | Технология приготовления блюд из круп |
| *Практические умения и навыки* | | | | | |
|  | Выбирать продукты для приготовления блюд | дегустационный стол, презентации творческих работ, защита проекта, исследовательская работа | Успешное выполнение всех заданий | Успешно выполнил все задания, но с некоторыми нарушениями | Допустил  значительные ошибки |
|  | Определять качества воды |
|  | Готовить витаминные напитки |
|  | Готовить блюда из овощей и грибов, круп |

**Список литературы:**

*для педагога*

1.Соковая И.И. Основы здорового образа жизни, Москва, Академия,2015

2.Лагутина Л. А. Русская кухня от заедок до закусок, Ростов-на-Дону, Феникс, 2015

3.Ермолаева Е. В. Запеканки, Челябинск, Аркаим, 2016

4.Шальникова В.И. Русская Кухня, Челябинск, Аркаим, 2013

5.Гимерова И.Д. Большая поваренная книга, Москва, Эксмо, 2014

6.Егорова С. Ключ к здоровью, красоте и успеху, Москва, Ридерс Дайжест, 2012

7.Блейз А.И. Гурман, Москва, Крон-пресс, 2016

8.Носенко Т. И. Холодные блюда на любой вкус, Москва, АСТ-Пресс, 2016

*для обучающихся*

1. Ройтенберг И. Г. Ждем гостей. Челябинск, Аркаим, 2014

2. Радина Т. Н. Праздничные салаты и закуски, Москва, Эксмо, 2014

3.Мусин А. Д. Салаты и закуски, Москва, Эксмо, 2017

***Интернет-ресурсы****:*

<http://www.studfiles.ru/preview/6064568/page:3/>

<http://www.gotovimdetkam.com/>

<http://www.povarenok.ru/>

<http://pirozochki.com/katalog-kulinarnyh-sajtov>

<http://www.edimdoma.ru/full_telecasts>

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**К МОДУЛЮ 2 «ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ»**

В процессе освоения модуля обучающиеся получат представление о начальных кулинарных навыках приготовления блюд из мяса, птицы и рыбы с соблюдением здоровьесберегающих технологий; освоят правила приема пищи; смогут самостоятельно готовить вегетарианские блюда различных направлений кулинарии.

**Образовательная цель модуля:** формирование культуры здорового питания обучающихся.

**Образовательные задачи модуля:**

***Обучающие****:*

* освоить ассортимент, качественную характеристику мяса, рыбы и птицы, способы обработки и нарезки, технологию приготовления блюд;
* познакомиться с влиянием условий приема пищи на ее усвоение организмом человека
* освоить правила гигиены и санитарии, которые должны соблюдать кулинары в процессе приготовления пищи;
* познакомиться с аюрведической кулинарией.

***Развивающие****:*

* развивать творческие способности обучающихся;
* развивать коммуникативные навыки детей, умение взаимодействовать со сверстниками в процессе решения проблемы;
* развивать навыки экономного ведения хозяйства;
* развивать навыки здорового образа жизни;
* развивать память, внимание, эстетический вкус.

*В****оспитательные****:*

* формировать общей культуры личности;
* формировать профессионального видения прекрасного в кулинарном творчестве;
* формировать творческий подход к своей работе и самостоятельность, уважения к народным обычаям и традициям;
* воспитывать трудолюбие, уважение к людям труда.

**Формы организации занятий:**

* беседы, дискуссии, обучающие игры, презентацию - публичное представление определенной темы или предмета; мозговая атака; мастер-класс, фестиваль .  
  **Методы организации занятий**:
* словесный;
* наблюдения;
* проблемно-поисковый;
* исследовательский.

**СОДЕРЖАТЕЛЬНОЕ НАПОЛНЕНИЕ МОДУЛЯ**

**Всего: 100 часов (теории – 25 часов, практики – 75 часа)**

**Стартовый уровень:** под руководством педагога обучающиеся формируют знания технологии приготовления блюд творога и яиц и супов, приобретут навыки и умения их приготовления.

- со значением творога и яиц, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из творога и яиц.

*Диагностическая оценка уровня:* тестовая работа.

**Базовый уровень:** под руководством педагога обучающиеся формируют знания технологии приготовления блюд из птицы, мяса и рыбы, приобретут навыки и умения их приготовления.

**Обучающиеся познакомятся :**

- со значением птицы, мяса и рыбы в питании, их товароведной характеристикой;

-технологией приготовления блюд из птицы, мяса и рыбы.

*Диагностическая оценка уровня:* практическая работа.

**Продвинутый уровень:** обучающиеся самостоятельно разрабатывают мастер-классы приготовления вегетарианских блюд по различным направлениям кулинарии, смогут самостоятельно приготовить блюда для мастер-классов и презентовать вегетарианское блюдо на фестивале здорового питания.

**Обучающиеся познакомятся :**

- с тематикой мастер-классов по приготовлению вегетарианских блюд.

-основными положениями диеты Дюкана;

-с аюрведической кулинарией;

-с правилами подготовки и проведения фестиваля здорового питания.

*Диагностическая оценка уровня:* «Фестиваль здорового питания».

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Перечень модулей, разделов, тем | Количество часов | | |
| Всего часов | Теория | Практика |
| **II**  **модуль** | **«Фестиваль здорового питания»** | | | |
|  | *Стартовый уровень* |  |  |  |
| ***2.1*** | ***Блюда из творога и яиц.*** | ***12*** | ***3*** | ***9*** |
| 1 | Омлеты. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление яичной кашки (брюи). | 2 |  | 2 |
| 3 | Приготовление ленивых вареников. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление сырников с изюмом. | 2 |  | 2 |
| 5 | Приготовление пончиков. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Приготовление ватрушек с творогом и брусникой. | 2 |  | 2 |
| ***2.2*** | ***Мир супов.*** | ***8*** | ***2*** | ***6*** |
| 1 | Ассортимент супов. Приготовление супа-пюре из грибов. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление щей из квашеной капусты с зеленью. | 2 |  | 2 |
| 3 | Технология приготовления супов. Приготовление сырного супа. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление рассольника. | 2 |  | 2 |
|  | *Базовый уровень* |  |  |  |
| ***2.3*** | ***Мясо. Птица. Рыба. Вред или польза?*** | ***44*** | ***11*** | ***33*** |
| 1 | Значение в питании блюд из рыбы, мяса и птицы. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Разработка памятки «Профилактика описторхоза». | 2 |  | 2 |
| 3 | Возникновение и предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным употреблением животных продуктов питания. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Разработка сбалансированного меню для людей с избыточным весом. | 2 |  | 2 |
| 5 | Ассортимент мяса. Приготовление рулета из мяса с овощами. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Приготовление говядины отварной с кисло-сладким соусом. | 2 |  | 2 |
| 7 | Приготовление котлетной массы. Приготовление паровых котлет из мяса. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Приготовление бефстроганов. | 2 |  | 2 |
| 9 | Приготовление блюд из мяса. Приготовление мяса по-французски. | 2 | 1 | 1 |
| 10 | Приготовление печеночных оладий. | 2 |  | 2 |
| 11 | Ассортимент рыбы. Приготовление рыбы отварной. | 2 | 1 | 1 |
| 12 | Приготовление тельного. | 2 |  | 2 |
| 13 | Обработка рыбы. Приготовление рыбных фрикаделек в молочном соусе. | 2 | 1 | 1 |
| 14 | Приготовление рыбы по-русски. | 2 |  | 2 |
| 15 | Приготовление блюд из рыбы. Приготовление рыбы по-польски. | 2 | 1 | 1 |
| 16 | Приготовление ухи домашней. | 2 |  | 2 |
| 17 | Ассортимент птицы. Приготовление салата столичного. | 2 | 1 | 1 |
| 18 | Приготовление птицы, запеченной с овощами. | 2 |  | 2 |
| 19 | Обработка птицы. Приготовление котлет «пожарских». | 2 | 1 | 1 |
| 20 | Приготовление куриных отбивных с ветчиной и сыром. | 2 |  | 2 |
| 21 | Приготовление блюд из птицы. Приготовление блинчиков куриных. | 2 | 1 | 1 |
| 22 | Приготовление рулета из птицы парового | 2 |  | 2 |
|  | *Продвинутый уровень* |  |  |  |
| ***2.4*** | ***Фестиваль здорового питания.*** | ***16*** | ***4*** | ***12*** |
| 1 | Выбор тематики мастер-классов. Приготовление яблок, запеченных с брусникой и черникой. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление пшенной каши с морковью и курагой. | 2 |  | 2 |
| 3 | Разработка плана фестиваля. Приготовление творожной запеканки с яблоком и маком. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление печенья по Дюкану. | 2 |  | 2 |
| 5 | Оформление технологических карт для фестивальных блюд. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Мастер-класс «Аюрведическая кулинария». | 2 |  | 2 |
| 7 | Подготовка мастер-классов. Приготовление гречневых маффин. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Мастер-класс «Выпечка с заботой о здоровье». | 2 |  | 2 |
| ***2.5*** | ***Социальный проект «Территория детства»*** | ***20*** | ***5*** | ***15*** |
| 1 | Смузи. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Приготовление смузи из замороженных ягод. | 2 |  | 2 |
| 3 | Шоколадное фондю. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Приготовление шоколадного фондю из мандаринов и апельсинов. | 2 |  | 2 |
| 5 | Блинные роллы. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Приготовление блинных ролл с начинкой из рыбы и брынзы. | 2 |  | 2 |
| 7 | Полезные свойства «зеленых» блюд. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Приготовление и презентация любимого «зеленого» блюда. | 2 |  | 2 |
| 9 | Итоговая аттестация. | 2 | 1 | 1 |
| 10 | Приготовление пирога наливного со щавелем. | 2 |  | 2 |
| **ИТОГО** | | **100** | **25** | **75** |

**Результатом обучения** являются знания, умения и навыки, которые дети приобретут к концу изучения модуля:

* знания ассортимента, качественной характеристики мяса, рыбы и птицы, способов обработки и нарезки;
* знания влияния условий приема пищи на ее усвоение организмом человека;
* знания технологии приготовления блюд из творога и яиц, супов, птицы, мяса и рыбы, умения их готовить.
* знания основ аюрведической кулинарии, умения применять их в приготовлении вегетарианских блюд;
* .умения проведения мастер-классов.

**Образовательные результаты модуля:**

**-** обучающиеся знают пищевую ценность блюд из творога и яиц, птицы, мяса и птицы, полезные свойства супов;

-обучающиеся знают правила приготовления блюд из творога и яиц, супов, птицы, мяса и рыбы, могут их готовить;

- обучающиеся умеют проводить мастер-классы приготовления вегетарианских блюд;

- обучающиеся владеют начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- у обучающихся формируются эстетические потребности, ценности и чувства;

-развиваются этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственной отзывчивость, понимание чувств других людей и сопереживание им;

-развиваются навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения избегать конфликтов;

-у обучающихся формируются установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

-формируется способность и готовность к использованию краеведческих знаний и умений в повседневной жизни в процессе приготовления пищи;

-развиваются коммуникативные умения и навыки (обеспечивающие совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение адекватно оценивать свои достижения и достижения других, оказывать помощь другим, разрешать конфликтные ситуации).

-формируются умения сравнивать, анализировать, выделять главное, обобщать;

-формируются умения вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной работы; умение планировать и грамотно осуществлять учебные действия в

-у обучающихся формируются соответствии с поставленной задачей, находить варианты решения различных творческих задач;

-формируются умения рационально строить самостоятельную творческую деятельность;

-формируется осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, к достижению более высоких результатов.

**Критерии оценки качества усвоения**

**знаний, умений и навыков\_модуль 2**

*Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Критерии оценки качества | Формы оценки качества | Уровни освоения программы | | |
| высокий  (3 балла) | средний  (2 балла) | низкий  (1 балл) |
| *Теоретические знания* | | | | | |
| 1. | Пищевая ценность творога, яиц, птицы, мяса и рыбы | опрос, наблюдение, итоговые занятия, тестирование, решение проблемных задач, коллективный анализ работ, конкурсы | Безошибочное выполнение задания | Допускается незначительная часть ошибок (не более трех) | В выполненном задании наблюдается значительная часть ошибок (более 10) |
| 2. | Технология приготовления блюд из творога и яиц |
| 3. | Технология приготовления супов |
| 4. | Технология приготовления блюд из птицы мяса и рыбы |
| 5. | Основы аюрведической кулинарии |
| 6. | Правила проведения мастер-классов для фестиваля здорового питания |
| *Практические умения и навыки* | | | | | |
|  | Выбирать продукты для приготовления блюд | дегустационный стол, презентации творческих работ, защита проекта, исследовательская работа | Успешное выполнение всех заданий | Успешно выполнил все задания, но с некоторыми нарушениями | Допустил  значительные ошибки |
|  | Определять качества воды |
|  | Готовить витаминные напитки |
|  | Готовить блюда из овощей и грибов, круп |

**Список литературы:**

*для педагога*

1.Соковая И.И. Основы здорового образа жизни, Москва, Академия,2015

2.Лагутина Л. А. Русская кухня от заедок до закусок, Ростов-на-Дону, Феникс, 2015

3.Ермолаева Е. В. Запеканки, Челябинск, Аркаим, 2016

4.Шальникова В.И. Русская Кухня, Челябинск, Аркаим, 2013

5.Гимерова И.Д. Большая поваренная книга, Москва, Эксмо, 2014

6.Егорова С. Ключ к здоровью, красоте и успеху, Москва, Ридерс Дайжест, 2012

7.Блейз А.И. Гурман, Москва, Крон-пресс, 2016

8.Носенко Т. И. Холодные блюда на любой вкус, Москва, АСТ-Пресс, 2016

*для обучающихся*

1. Ройтенберг И. Г. Ждем гостей. Челябинск, Аркаим, 2014

2. Радина Т. Н. Праздничные салаты и закуски, Москва, Эксмо, 2014

3.Мусин А. Д. Салаты и закуски, Москва, Эксмо, 2017

***Интернет-ресурсы****:*

<http://www.studfiles.ru/preview/6064568/page:3/>

<http://www.gotovimdetkam.com/>

<http://www.povarenok.ru/>

<http://pirozochki.com/katalog-kulinarnyh-sajtov>

<http://www.edimdoma.ru/full_telecasts>

*Приложение 1*

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **N п/п** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятия** | **Форма занятия** | **Кол-**  **во**  **часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
|  | Сентябрь | 02.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Традиционные занятия, практические занятия. | 2 | **Модуль I. Кулинарно-экологический ликбез.** | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Вводный тест, дегустационный стол. |
| Инструктаж по ТБ. Биологическая и энергетическая ценность продуктов питания. |
|  | 05.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление творожной запеканки. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 09.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Игра, практическое занятие. | 2 | Понятие экологически чистый продукт. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Наблюдение, опрос, дегустационный стол. |
|  | 12.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление картофельных шариков с укропом. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 16.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Беседа. | 2 | Генетически модифицированные продукты | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Викторина. |
|  |  | 19.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление пирога с безе и брусникой к чаю. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  |  | 23.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Круглый стол, практическая работа. | 2 | Пищевые добавки и консерванты. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Блиц-опрос, дегустационный стол. |
|  |  | 26.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Исследование «Пищевые добавки и здоровье человека». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  |  | 30.09.2020 | 09.40 -  11.00 | Игра, практическое занятие. | 2 | Питьевая вода и её качество. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Наблюдение, опрос, дегустационный стол. |
|  | Октябрь | 03.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Витаминные напитки. Приготовление морса из клюквы. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 07.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Проблемная лекция, практическая работа. | 2 | Приготовление киселей и компотов. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Тестирование, дегустационный стол. |
|  | 10.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Травяные чаи. Чай из иван-чая и мелиссы. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 14.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Занятие-исследование. | 2 | Овощи в питании человека. Картофель «в молоке». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Презентация, дегустационный стол. |
|  | 17.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление пирожков с картофелем и зеленью. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 21.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Круглый стол. | 2 | Приготовление салата из свежей капусты с клюквой. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Блиц-опрос. |
|  | 24.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление салата «Солнышко». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 28.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Творческая работа. | 2 | Приготовление свекольных котлет. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Творческий отчет. |
|  | 31.10.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление зраз картофельных. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  |  | 07.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Проект. | 2 | Грибной мир ХМАО. Приготовление грибного салата | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита мини-проекта. |
|  | Ноябрь | 11.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление шампиньонов фаршированных. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 14.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Дискуссия, практическая работа. | 2 | Крупы в питании человека***.*** Каши. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Отчет, дегустационный стол. |
|  | 18.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление пшенной каши с тыквой. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 21.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Занятие-исследование. | 2 | Запеканки из круп. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Карта наблюдений. |
|  | 25.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление запеканки рисовой с творогом и фруктами. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 28.11.2020 | 09.40 -  11.00 | Видео-экскурсия. | 2 | Кондитерские инструменты и приспособления. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Наблюдение . |
|  | Декабрь | 02.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление желе. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 05.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Конференция. | 2 | Бисквитное тесто. Приготовление рулета. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Отчет. |
|  | 09.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление бисквита на горячем молоке. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 12.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Игра. | 2 | Медовое тесто. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Взаимоконтроль. |
|  | 16.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление медовика. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 19.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Проблемная лекция. | 2 | Слоеное тесто. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Викторина. |
|  | 23.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление торта «Наполеон». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 26.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Практическая работа. | 2 | Пирожные. Эклеры. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита презентации. |
|  | 30.12.2020 | 09.40 -  11.00 | Конкурс | 2 | Приготовление пирожного «Картошка». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Презентация |
|  |  | 09.01.2021 | 09.40 -  11.00 |  | 2 | **Модуль II. Фестиваль здорового питания.** |  |  |
| Омлеты. |
|  | Январь | 13.01.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление яичной кашки (брюи). | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 16.01.2021 | 09.40 -  11.00 | «Конверт вопросов» | 2 | Приготовление ленивых вареников. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Отчет. |
|  | 20.01.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление сырников с изюмом. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 23.01.2021 | 09.40 -  11.00 | Занятие-исследование. | 2 | Приготовление пончиков. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Карта наблюдений. |
|  | 27.01.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление ватрушек с творогом и брусникой. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 30.01.2021 | 09.40 -  11.00 | Лекция, тренинг. | 2 | Ассортимент супов. Приготовление супа-пюре из грибов. | Пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Промежуточный тест. |
|  | Февраль | 03.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление щей из квашеной капусты с зеленью. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 06.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Проект. | 2 | Технология приготовления супов. Приготовление сырного супа. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита мини-проекта. |
|  | 10.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление рассольника. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 13.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Видео-экскурсия. | 2 | Значение в питании блюд из рыбы, мяса и птицы. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Тестирование. |
|  | 17.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Разработка памятки «Профилактика описторхоза». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 20.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Мозговой штурм, самостоятельная практическая работа. | 2 | Возникновение и предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным употреблением животных продуктов питания. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Взаимоконтроль. |
|  | 24.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Разработка сбалансированного меню для людей с избыточным весом. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 27.02.2021 | 09.40 -  11.00 | Семинар. | 2 | Ассортимент мяса. Приготовление рулета из мяса с овощами. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Реферат. |
|  | Март | 03.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление говядины отварной с кисло-сладким соусом. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 06.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Проблемная лекция. | 2 | Приготовление котлетной массы. Приготовление паровых котлет из мяса. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Экспресс-опрос. |
|  | 10.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление бефстроганов. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 13.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие | 2 | Приготовление блюд из мяса. Приготовление мяса по-французски. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Демонстрация. |
|  | 17.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Самостоятельная практическая работы | 2 | Приготовление печеночных оладий. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Конкурс творческих работ. |
|  | 20.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Диспут. | 2 | Ассортимент рыбы. Приготовление рыбы отварной. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Эссе. |
|  | 24.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Мозговой штурм, самостоятельная практическая работа | 2 | Приготовление тельного. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита презентации |
|  | 27.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическая работа. | 2 | Обработка рыбы. Приготовление рыбных фрикаделек в молочном соусе. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита презентации. |
|  | 31.03.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление рыбы по-русски. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  |  | 03.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Творческая работа. | 2 | Приготовление блюд из рыбы. Приготовление рыбы по-польски. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Творческий отчет. |
|  | Апрель | 07.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление ухи домашней. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 10.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Проблемная беседа, работа в группе | 2 | Ассортимент птицы. Приготовление салата столичного. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Тестирование. |
|  | 14.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление птицы, запеченной с овощами. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 17.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Проект. | 2 | Обработка птицы. Приготовление котлет «пожарских». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита проекта. |
|  | 21.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическое занятие. | 2 | Приготовление куриных отбивных с ветчиной и сыром. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 24.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Беседа. | 2 | Приготовление блюд из птицы. Приготовление блинчиков куриных. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Блиц-опрос. |
|  | 28.04.2021 | 09.40 -  11.00 | Лекция, беседа, презентация, | 2 | Приготовление рулета из птицы парового | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Таблица. |
|  | *30.04.2021* | 09.40 -  11.00 | Лекция, практикум, коллективная работа | 2 | Выбор тематики мастер-классов. Приготовление яблок, запеченных с брусникой и черникой. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита буклета. |
|  | Май | 05.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическая работа | 2 | Приготовление пшенной каши с морковью и курагой. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 08.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Беседа. | 2 | Разработка плана фестиваля. Приготовление творожной запеканки с яблоком и маком. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Блиц-опрос. |
|  | 12.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическая работа | 2 | Приготовление печенья по Дюкану. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 15.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Проект. | 2 | Оформление технологических карт для фестивальных блюд. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Отчет по проектной работе. |
|  | 19.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Проект. | 2 | Мастер-класс «Аюрведическая кулинария». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Отчет по проектной работе. |
|  | 22.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Презентация | 2 | Подготовка мастер-классов. Приготовление гречневых маффин. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита презентации |
|  | 26.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Практическая работа | 2 | Мастер-класс «Выпечка с заботой о здоровье». | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 29.05.2021 | 09.40 -  11.00 | Диспут. | 2 | Смузи. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Защита презентаций. |
|  | Июнь | 02.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Мастер-класс. | 2 | Приготовление смузи из замороженных ягод. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 05.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Беседа, практическая работа. | 2 | Шоколадное фондю. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Тестирование. |
|  | 09.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Праздник. | 2 | Приготовление шоколадного фондю из мандаринов и апельсинов. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 12.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Дискуссия. | 2 | Блинные роллы. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Реферат. |
|  | 16.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Мастер-класс. | 2 | Приготовление блинных ролл с начинкой из рыбы и брынзы. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 19.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Мастер-класс. | 2 | Полезные свойства «зеленых» блюд. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 23.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Проблемная беседа, исследование. | 2 | Приготовление и презентация любимого «зеленого» блюда. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 26.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Мастер-класс. | 2 | Итоговая аттестация. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
|  | 30.06.2021 | 09.40 -  11.00 | Мастер-класс. | 2 | Приготовление пирога наливного со щавелем. | пгт Федоровский, пер. Тюменский, 14, каб.23 | Дегустационный стол. |
| **Итого:** | | | | | **168 ч.** |  |  |  |

*Приложение 2*

**ДИНАМИКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ 2»**

Результаты реализации, качество освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы и динамика образовательных достижений, обучающихся программы «В объективе» контролируются в соответствии с Положением об организации внутреннего контроля в МАУДО Сургутского района «ЦДТ» от 09.01.2019 года.

Разработанная в Центре детского творчества система мониторинга качества дополнительного образования позволяет своевременно выявлять проблемные зоны образовательно-воспитательного процесса и учитывать их при дальнейшем планировании, координации деятельности всех субъектов образования.

**ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Время проведения** | **Цель проведения** | **Формы контроля** |
| **Начальная диагностика** | | |
| В начале учебного года | Определение уровня развития детей, творческих способностей. | Беседа, опрос, тестирование, анкетирование.  Методика Г. Девиса для определение творческих способностей обучающихся. Тестирование на основе материалов Р.В. Овчаровой «Методика выявления коммуникативных склонностей обучающихся» |
| **Промежуточная аттестация** | | |
| Декабрь и май по  результатам обучения в 1 и 2 полугодиях | Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения. | Мониторинг приобретенных знаний и умений обучающихся, конкурсы и выставки, тестирование, анкетирование. Методика Т. Элерса для изучения мотивации достижения успеха обучающихся.  Анкетирование для родителей обучающихся. |
| **Итоговая аттестация** | | |
| В конце учебного  года или курса  обучения. | Определение изменения уровня развития  обучающихся, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное обучение). Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения. | Беседа, опрос, выставка творческих работ. |

*Приложение 3*

**ДИАГНОСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УРОВНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Мониторинг приобретенных знаний и умений обучающихся**

Механизмом промежуточной оценки результатов, получаемых в ходе реализации данной программы, являются: диагностика и мониторинг знаний, умений и навыков обучающихся.

В Центре детского творчества Сургутского района был разработан инструментарий – листы контроля знаний, умений, навыков (уровня обученности), которые заполняются по полугодиям (2 раза в год).

Данная диагностика позволяет ввести поэтапную систему контроля за обучением детей и отслеживать динамику образовательных результатов каждого обучающегося, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Этот способ оценивания - сравнение ребенка не столько с другими детьми, сколько с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем - важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения обучающегося за его труд, старание. Каждую оценку надо прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства ребенка. Это поддержит его стремление к новым успехам.

Суммарный итог, определяемый путем подсчета тестового балла, дает возможность определить уровень измеряемого качества у конкретного обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил, заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения.

Таким образом, разумно организованная система контроля и оценки образовательных результатов обучающихся дает возможность не только определить степень освоения каждым ребенком программы и выявить наиболее способных и одаренных, но и проследить развитие личностных качеств обучающихся, оказать им своевременную помощь и поддержку.

При этом важно различать оценку результатов подготовки отдельного ребенка и оценку общего уровня подготовки всех обучающихся объединения. Из этих двух аспектов и складывается общая оценка результата работы объединения.

Подводя общие итоги, оценивая результативность совместной творческой деятельности обучающихся, педагог должен определить следующее:

* какова степень выполнения детьми образовательной программы, т.е. сколько детей выполнили программу полностью, сколько - частично, сколько - не освоили совсем;
* сколько детей стали за текущий учебный год победителями, призерами конкурсов различного уровня;
* сколько детей желают продолжить обучение по данной образовательной программе;
* каково количество обучающихся, переведенных на следующий этап обучения;
* каков уровень организованности, самодисциплины, ответственности детей, занимающихся в группе.

*Приложение 4*

**Контрольно-измерительные материалы программы «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ 2»**

**(промежуточная аттестация по итогам реализации I модуля)**

**Тест (для обучающихся «продвинутого» уровня):**

1 балл (от 3 до 5 правильных ответов), 2 балла (1-8 правильных ответов),3 балла (1-10 правильных ответов)

**Выберите правильный ответ**

**1. Что содержит больше калорий?**

а) изюм;

б) виноград;

в) они равны по калорийности.

**2. Чтобы повысить уровень витамина С в организме нужно кушать:**

а) апельсин;

б) брокколи;

в) брюссельскую капусту;

г) все выше перечисленное.

**3.** **как повысить уровень витамина Д в организме?**

а) больше гулять на свежем воздухе;

б) пить апельсиновый сок;

в) есть яйца.

**4. Что из перечисленных продуктов является источником сложных углеводов?**

а) мед;

б) банан;

в) бурый рис;

г) печенье.

**5.** **В каком продукте больше железа?**

а) гранат;

б) гречка;

) грецкие орехи.

**Дайте ответы на вопрос**

**6. Зачем нужно есть хлеб?**

**7. Как лучше приготовить картофель, чтобы сохранить витамин С?**

**8. Какие грибы растут в ХМАО?**

**Дополните выражение**

**9.** Суточная норма употребления фруктов составляет\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ граммов.

**10.** Сливочное масло нужно употреблять детям в пищу для того, чтобы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .

**Контрольно-измерительные материалы программы «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ 2»**

**(итоговая аттестация по итогам реализации II модуля)**

**Тест (для обучающихся «продвинутого» уровня):**

**Выберите правильный ответ**1 балл (от 3 до 5 правильных ответов), 2 балла (1-8 правильных ответов),3 балла (1-10 правильных ответов)

**1. Самый полезный способ разморозки рыбы**

а) на воздухе;

б) в воде;

в) комбинированный.

**2. Выберите морепродукты:**

а) лещ;

б) рапан;

в) окунь;

г) форель.

**3.** **Полуфабрикат из мясной котлетной массы:**

а) тельное;

б) котлеты;

в) голубцы.

**4. Какой продукт добавляют в рассольник?**

а) пшено;

б) маслины;

в) огурцы соленые;

г) гречку.

**5.** **Из-за употребления какого продукта возникает заболевание «описторхоз»?**

а) клюква;

б) мясо;

в) рыба.

**Дайте ответы на вопрос**

**6.** Для чего принимают пищевые добавки?

**7.** Чем отличаются щи от борща?

**8.** Кто такой Дюкан?

**Дополните выражение**

**9.** Обвалка – это отделение ………………………………………………………….

**10.** Пластование – это деление ………………………………………………………

*Приложение 5*

**Методика Г. Девиса на определение творческих способностей обучающихся**

Для выявления спектра интересов ребёнка проводится определение творческих способностей обучающихся по методике Г. Девиса. Опросник взят без изменений, основополагающим методом исследования является тестирование. Данная методика дает представление о наличии творческих способностей у детей на начальном этапе обучения, что отчасти облегчает понимание, общение и взаимодействие педагога с ребёнком. Так же есть возможность проследить динамику развития этих способностей ребёнка в дальнейшем.

*Опросник*

1. Я думаю, что я аккуратен(тна).

2. Я любил(а) знать, что делается в других классах школы.

3. Я любил(а) посещать новые места вместе с родителями, а не один.

4. Я люблю быть лучшим(ей) в чем-либо.

5. Если я имел(а) сладости, то стремился(ась) их все сохранить у себя.

6. Я очень волнуюсь, если работа, которую я делаю, не лучшая, не может быть мною сделана наилучшим образом.

7. Я хочу понять, как все происходит вокруг, найти причину.

8. В детстве я не был(а) особенно популярен(на) среди детей.

9. Я иногда поступаю по-детски.

10. Когда я что-либо хочу сделать, то ничего не может меня остановить.

11. Я предпочитаю работать с другими и не могу работать один.

12. Я знаю, когда я могу сделать что-либо по-настоящему хорошее.

13. Если даже я уверен(на), что прав(а), я стараюсь менять свою точку зрения, если со мной не соглашаются другие.

14. Я очень беспокоюсь и переживаю, когда делаю ошибки.

15. Я часто скучаю.

16. Я буду значимым и известным, когда вырасту.

17. Я люблю смотреть на красивые вещи.

18. Я предпочитаю знакомые игры, чем новые.

19. Я люблю исследовать, что произойдет, если я что-либо сделаю.

20. Когда я играю, то стараюсь как можно меньше рисковать.

21. Я предпочитаю смотреть телевизор, чем его делать.

**Ключ**

Креативность (способность к творчеству) — в случае ответов (+) по вопросам: 2, 4, 6, 7. 8, 9, 10, 12, 16, 17, 19 и в случае ответов (-) по вопросам: 1, 3, 5, 11, 13, 14, 15, 18, 20, 21. Сумма соответствующих ключу ответов указывает на степень креативности. Чем больше сумма, тем выше креативность.

1 — принятие беспорядка

2 — беспокойство о других

4 — желание выделиться

3 — рискованность

6 — недовольство собой

5 — альтруизм

7 — полный любопытства

11 — любовь к одиночной работе

8 — не популярен

13 — независимость

9 — регресс на детство

14 — деловые ошибки

10 — отбрасывание давления

15 — никогда не скучает

12 — самодостаточность

8 — активность

16 — чувство предназначенности

20 — стремление к риску

17 — чувство красоты

21 — потребность в активности

19 — спекулятивность

Если сумма соответствующих ключу ответов равна или больше 15, то можно предложить наличие творческих способностей у обучающегося.

Педагог должен помнить, что это — еще нереализованные возможности. Главная проблема — помочь в их реализации, так как часто другие особенности характера таких людей мешают им в этом (повышенное самолюбие, эмоциональная ранимость, нерешенность ядерных личностных проблем, романтизм и др.). Нужны такт, общение на равных, постоянное слежение за их творческими продуктами, юмор, периодическое подталкивание на «великие дела» и требовательность. Избегать острой и частой критики, чаще давать свободный выбор темы и режим творческой работы.

**Методика Т. Элерса для изучения мотивации достижения успеха обучающихся**

С точки зрения Т. Элерса, мотивация достижения может развиваться в любом возрасте в первую очередь, за счет обучения. Кроме того, «она может развиваться в контексте трудовой деятельности, когда люди непосредственно ощущают все преимущества, связанные

С достижениями…»

*Инструкция к тестовому материалу*

Вам будет предложен 41 вопрос, на каждый из которых ответьте "да" или "нет".

1. Если между двумя вариантами есть выбор, его лучше сделать быстрее, чем откладывать на потом.

2. Если замечаю, что не могу на все 100% выполнить задание, я легко раздражаюсь.

3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я ставлю на карту все.

4. Если возникает проблемная ситуация, чаще всего я принимаю решение одним из последних.

5. Если два дня подряд у меня нет дела, я теряю покой.

6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.

7. Я более требователен к себе, чем к другим.

8. Я доброжелательнее других.

9. Если я отказываюсь от сложного задания, впоследствии сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.

10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.

11. Усердие — это не основная моя черта.

12. Мои достижения в работе не всегда одинаковы.

13. Другая работа привлекает меня больше той, которой я занят.

14. Порицание стимулирует меня сильнее похвалы.

15. Знаю, что коллеги считают меня деловым человеком.

16. Преодоление препятствий способствует тому, что мои решения становятся более категоричными.

17. На моем честолюбии легко сыграть.

18. Если я работаю без вдохновения, это обычно заметно.

19.Выполняя работу, я не рассчитываю на помощь других.

20.Иногда я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.

21.Нужно полагаться только на самого себя.

22.В жизни немного вещей важнее денег.

23.Если мне предстоит выполнить важное задание, я никогда не думаю ни о чем другом.

24.Я менее честолюбив, чем многие другие.

25.В конце каникул я обычно радуюсь, что скоро школа.

26.Если я расположен к работе, делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.

27.Мне проще и легче общаться с людьми, способными упорно работать.

28.Когда у меня нет работы, мне не по себе.

29.Ответственную работу мне приходится выполнять чаще других.

30.Если мне приходится принимать решение, стараюсь делать это как можно лучше.

31.Иногда друзья считают меня ленивым.

32.Мои успехи в какой-то мере зависят от других.

33.Противодействовать воле руководителя бессмысленно.

34.Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.

35.Если у меня что-то не ладится, я становлюсь нетерпеливым.

36.Обычно я обращаю мало внимания на свои достижения.

37.Если я работаю вместе с другими, моя работа более результативна, чем у других.

38.Не довожу до конца многое, за что берусь.

39.Завидую людям, не загруженным работой.

40.Не завидую тем, кто стремится к власти и положению.

41.Если я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты пойду на крайние меры.

*Ключ опросника*

По 1 баллу начисляется за ответ "да" на вопросы: 2–5, 7–10, 14–17, 21, 22, 25–30, 32, 37, 41 и "нет" — на следующие: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38 и 39. Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 23, 33–35 и 40 не учитываются.

Подсчитывается общая сумма баллов. Чем больше сумма баллов, тем выше уровень мотивации к достижению успеха.

От 1 до 10 баллов — низкая мотивация к успеху;

от 11 до 16 баллов — средний уровень мотивации;

от 17 до 20 баллов — умеренно высокий уровень мотивации;

более 21 балла — слишком высокий уровень мотивации к успеху.

**Тестирование на основе материалов Р. В.Овчаровой**

**«Методика выявления коммуникативных склонностей обучающихся»**

**Вопросы**

1.Часто ли вам удаётся склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?

2.Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?

3.Нравиться ли Вам заниматься общественной работой?

4.Если возникли некоторые помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от задуманного?

5.Любите ли Вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?

6. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было выполнить

сегодня?

7. Стремитесь ли Вы к тому, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?

8.Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?

9.Часто ли Вы в решении важных дел принимаете инициативу на себя?

10. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?

11. Возникает ли у Вас раздражение, если вам не удаётся закончить начатое дело?

12. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?

13. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?

14. Верно ли, что Вы резко стремитесь к доказательству своей правоты?

15. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе (классе)?

16. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать своё мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?

17. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?

18. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?

19. Часто ли Вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?

20. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

**Лист ответов**

1 6 11 16

2 7 12 17

3 8 13 18

4 9 14 19

5 10 15 20

Отработка полученных результатов. Показатель выраженности коммуникативных склонностей определяется по сумме положительных ответов на все нечётные вопросы и отрицательных ответов на все чётные вопросы, разделённой на 20. По полученному таким образом показателю можно судить об уровне развития коммуникативных способностей ребёнка:

- низкий уровень – 0,1 - 0,45;

- ниже среднего - 0,46 -0, 55;

- средний уровень- 0.56 – 0,65;

- выше среднего - 0,66 -0,75;

- высокий уровень -0,76 -1.

**Анкетирование для родителей обучающихся**

**«Выявление степени удовлетворённости образовательным**

**процессом и оценки результатов обучения»**

Для ребенка большое значение имеет оценка его труда родителями, поэтому педагогу надо продумать систему работы с ними. Это могут быть открытые занятия по окончании полугодия, отчетные мероприятия студии и всего Центра, чтобы родители могли по итоговым творческим работам видеть рост своего ребенка в течение года.

Для выявления степени удовлетворённости образовательным процессом и оценки результатов обучения детей их родителями проводится анкетирование.

**АНКЕТА**

Группа № \_\_\_\_\_\_

1. **Понравилось ли Вам открытое занятие?**

3- понравилось

2- не очень понравилось

1- совсем не понравилось

1. **Виден ли творческий рост группы в целом?**

3- виден хороший рост

2- не очень хороший рост

1- не виден рост

1. **Оцените степень творческого роста своего ребенка.**

3- очевиден рост

2- малозаметный рост

1- не заметен вовсе

1. **Выполнял ли Ваш ребёнок подобные упражнения дома?**

3- постоянно

2- изредка

1- никогда

1. **Считаете ли Вы, что поставленные задачи носят посильный характер?**

3- посильный

2-частично посильный

1-не посильный

***Ответы на дополнительные вопросы анкетирования:***

1. Группа, в которой занимается мой ребенок, можно назвать дружной.
2. Педагог проявляет доброжелательное отношение к моему ребенку.
3. В группе мой ребенок чувствует себя комфортно.
4. Я испытываю чувство взаимопонимания, контактируя с педагогами и администрацией центра детского творчества, в котором занимается мой ребенок.
5. Мой ребёнок проявляет творческую инициативу, педагог помогает ему в этом.
6. Педагог справедливо оценивает достижения моего ребенка.
7. Мой ребенок не перегружен учебными занятиями и домашними заданиями по техническому творчеству.
8. Педагог учитывает индивидуальные особенности моего ребенка.
9. В коллективе проводятся мероприятия, которые полезны и интересны моему ребенку.
10. Педагоги дает моему ребенку глубокие и прочные знания.
11. В коллективе заботятся о физическом развитии и здоровье моего ребенка.
12. Учебное заведение способствует формированию достойного поведения моего ребенка.
13. Администрация и педагог создают условия для проявления и развития способностей моего ребенка.
14. Коллектив помогает ребенку поверить в свои силы.
15. Коллектив помогает ребенку учиться решать жизненные проблемы.
16. Коллектив помогает ребенку учиться преодолевать жизненные трудности.
17. Коллектив помогает ребенку учиться правильно, общаться со сверстниками.
18. Коллектив помогает ребенку учиться правильно общаться со взрослыми.

**Цель**:выявить уровень удовлетворенности родителей работой педагога по техническому творчеству и коллектива в целом.

*Высказывания 1-13*

**Обработка результатов**.Удовлетворенность родителя работой коллектива(коэффициент Х)определяется как частное от деления общей суммы баллов всех его ответов на общее количество ответов (на 15).

Если коэффициент Х равен 3 или больше этого числа, то это свидетельствует о высоком уровне удовлетворенности; если он равен или больше 2, но не меньше 3, то это говорит о среднем уровне удовлетворенности; если же коэффициент Х меньше 2, то это является показателем низкой удовлетворенности.

*Высказывания 14-18*

**Обработка результатов**.Подсчитывается средний показатель оценки родителей по всей совокупности предложенных утверждений. Его значение сопоставляется со шкалой оценивания, использованной в данной методике. Если полученный показатель получится меньше 3 баллов, то результаты опроса свидетельствуют о низкой оценке родителями помощи образовательного учреждения в воспитании у детей способности к решению основных жизненных проблем.

**Утверждения,** представленные в анкете,оцениваются от0до4-х баллов:

4- совершенно согласен;

3- скорее согласен;

2-трудно сказать;

1-скорее не согласен;

0- совершенно не согласен.

Анкетирование после открытых занятий в декабре показали высокую степень удовлетворённости родителей.