

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Средняя общеобразовательная школа №167

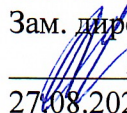
РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей

Протокол от 27.08.2026г. № 1

СОГЛАСОВАНО

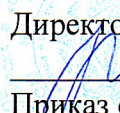
Зам. директора по ВР

 / Кирчанова А.В.

27.08.2026г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ №167

 / Казанцев А.Г.

Приказ от 31.08.2026 № Д 018-од



ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета протокол от
27.08.2026г. № 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности

«Кулинарная мастерская»

для обучающихся основного общего образования (5-9 классов)

Составитель: Юрченко О.Н.,
учитель технологии,
высшей квалификационной категории

г. Новосибирск, 2026

Пояснительная записка

Кулинария — искусство приготовления вкусной и питательной пищи. Она изучает рациональные способы приготовления различных блюд. А это очень важно научить девочек, будущих хозяек готовить вкусно и экономно. Так как они из малообеспеченных и неполных семей и у них нет возможности покупать полуфабрикаты или готовые блюда, питаться в кафе и т. д.

Моя программа предусматривает обучение с самого элементарного — с приготовления салатов из свежих овощей и постепенный переход к сложному, то есть приготовлению различных видов теста, мясных и рыбных блюд, супов, гарниров и т. д. Мною были выбраны блюда, которые можно готовить в домашних условиях, не используя новейшей техники каждый день, а также и на праздник.

В основном блюда из русской кухни, но я не ставила целью выбор кухни определенного народа. Главное, чтобы продукты и приготовление блюд было доступным и экономным.

Для реализации моей программы необходимо взаимодействие с родителями, то есть приобретения продуктов и выполнения творческих кулинарных работ вместе со своими детьми.

Главная цель программы — научить девочек и мальчиков вкусно, экономно и самостоятельно готовить в домашних условиях.

Задачи программы:

1. Формирование кулинарных знаний и умений.
2. Привитие элементарных знаний и умений по приготовлению блюд в домашних условиях.
3. Формирование творческого отношения к осуществлению трудовой деятельности.
4. Воспитание культуры труда.

Место курса в учебном плане

Данная внеурочная деятельность школьников организуется в форме занятий общекультурной направленности. Занятия проводятся 1 раз в неделю, во второй половине дня в учебном кабинете, 70 часов в год.

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел I. Салаты (2ч.)

Вводное занятие. Техника безопасности при кулинарных работах. Первичная обработка овощей. Тепловая обработка. Правила приготовления салатов из сырых и варенных овощей. Украшение салатов из сырых овощей «Карвинг».

Раздел II. Бутерброды (2ч)

Вводное занятие, история происхождения бутерброда. Техника безопасности при кулинарных работах. Технология приготовления простых бутербродов и сложных. Приготовление праздничных бутербродов «Канапе», «Мышка», «Парус».

Раздел III. Плов (2ч)

Вводное занятие, история происхождения плова. Техника безопасности при кулинарных работах. Приготовление плова с курицей. Приготовление сладкого плова с курагой и изюмом.

Раздел IV. Рыбные блюда (4ч)

Вводное занятие. Техника безопасности при кулинарных работах. Первичная обработка рыбы. Разделывание рыбы. Приготовление жаренной рыбы в кляре. Приготовление горбуши под майонезом. Приготовление горбуши в сметанном соусе. Приготовление ухи из горбуши.

Раздел V. Блюда из молока и творога (12ч)

Вводное занятие. Польза молока для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Приготовление манной молочной каши. Приготовление молочного супа с рисом. Приготовление молочного супа с вермишелью. Приготовление творожной запеканки с изюмом. Приготовление пшенной творожной запеканки. Приготовление сырников с изюмом. Приготовление творожного печенья.

Раздел VI. Блюда из яиц (8ч)

Вводное занятие. Польза яиц для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Приготовление глазуньи, глазуньи с колбасой. Приготовление жареных яиц с сыром. Приготовление яиц всмятку, в «мешочке» и вкрутую. Приготовление яйца запеченного. Приготовления омлета на молоке и воде.

Раздел VII. Блины и оладьи(8ч)

Вводное занятие. Польза мучных изделий для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Приготовление блинов на молоке с маслом, фаршированных сыром, мясом. Приготовление блинов на соде. Приготовление блинов на соде и кефире. Приготовление блинов на дрожжах, фаршированных картофелем. Приготовление оладий на соде и сметане. Приготовление оладий на дрожжах с медом

Раздел VIII. Блюда из картофеля(16ч)

Вводное занятие, история происхождения картофеля. Польза картофеля для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Картофель жареный, «Фри». Картофельные draniki со сметаной, с сыром. Картофель отварной с маслом, запеченный.

Картофельное пюре, «шарики» со сметаной. Картофельные оладьи. Картофельные котлеты. Картофельные зразы с грибами. Манты с картофелем. Пирожки с картофелем и луком.

Раздел IX. Гарниры (6ч)

Вводное занятие. Польза гарнира для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Гречка рассыпчатая. Гарнир из пшена. Рис рассыпчатый. Перловка рассыпчатая. Гарнир из овсянки. Гороховое пюре.

Раздел X. Супы и борщи (8ч)

Вводное занятие. Польза супов для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Приготовление супа с вермишелью, рассольник, рисовый суп. Суп с клецками и яйцами. Суп свекольный. Щи со свининой. Борща с курицей. Окрошка.

Раздел XI. Дрожжевое тесто (2ч)

Вводное занятие. Польза мучных изделий для организма человека. Техника безопасности при кулинарных работах. Дрожжевое безопарное и опарное тесто на быстрых дрожжах.

Приготовление жареных и духовых пирожков.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные универсальные учебные действия

У обучающегося будут сформированы:

- интерес к новым видам кулинарного искусства, к новым способам самовыражения;
- познавательный интерес к новым способам исследования кулинарного искусства;
- адекватное понимание причин успешности/не успешности в кулинарной деятельности.
- *Обучающийся получит возможность для формирования:*
- внутренней позиции на уровне понимания необходимости кулинарной деятельности, как одного из средств самовыражения в социальной жизни;
- выраженной познавательной мотивации;
- устойчивого интереса к новым способам познания в приготовлении пищи.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- планировать свои действия;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проявлять познавательную инициативу;
- самостоятельно находить варианты решения задач в приготовлении пищи.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающиеся смогут:

- допускать существование различных точек зрения и различных вариантов выполнения поставленной кулинарной задачи;
- учитывать разные мнения, стремиться к координации при выполнении коллективных работ при приготовлении пищи;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться, приходить к общему решению;
- соблюдать корректность в высказываниях;

- задавать вопросы по существу;
- контролировать действия партнёра.

Обучающийся получит возможность научиться:

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

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск нужной информации для выполнения задачи по приготовлению блюда с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;
- высказываться в устной и письменной форме;
- анализировать объекты, выделять главное;
- осуществлять синтез (целое из частей);
- проводить сравнение, классификацию по разным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения об объекте.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации в соответствии с исследовательской задачей с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;

Конечный результат:

В такой многонациональной стране как Россия особую актуальность приобретает сбалансированный подход к воспитанию у детей уважения к истории, традициям своего народа. Знакомство с блюдами русской кухни и народов которые живут в России способствует формированию национального самосознания, взаимопроникновению культур, воспитывает чувство взаимопонимания между народами, формирует этническую толерантность.

В результате занятий по предложенной программе учащиеся должны знать:

1. Виды овощей. Общие сведения о пищевой ценности овощей;
2. Способы кулинарного использования овощей;
3. Способы варки продуктов их преимущества и недостатки;
4. Технологию приготовления блюд;
5. Виды бутербродов, технологию приготовления;
6. Способы первичной обработки рыбы, технологию приготовления;
7. Технологию приготовления кулинарных блюд их рыбы;
8. Технологию приготовления теста;
9. Ассортимент кисломолочных продуктов; способы приготовления;
10. Правила варки мясных бульонов.

Учащиеся должны уметь:

1. Готовить салаты из варенных овощей;
2. Изготавливать украшения для салата из сырых овощей;
3. Готовить бутерброды различной сложности;
4. Готовить блюда из творога;
5. Готовить блюда из рыбы;
6. Готовить гарниры;
7. Готовить супы, борщи;
8. Приготовить дрожжевое тесто и изделия из него;
9. Готовить молочные каши, супы;
10. Выпекать блины, оладьи;
11. Готовить блюда из картофеля.

Тематическое планирование

№ п\п	Название раздела	Кол-во часов
1	Салаты	2
2	Бутерброды	2
3	Плов	2
4	Рыбные блюда	4
5	Блюда из молока и творога	12
6	Блюда из яиц	8
7	Блины и оладьи	8
8	Блюда из картофеля	16
9	Гарниры	6
10	Супы и борщи	8
11	Дрожжевое тесто	2
	Итого:	70

Календарно-тематическое планирование

№	Название раздела	Кол-во часов	Наименование темы	Кол-во часов	Дата
	I. Салаты	2			
1.1			Приготовление салатов из варенных овощей «Оливье».	1	

1.2			Украшение салатов из сырых овощей «Карвинг».	1	
	II. Бутерброды	2			
2.1			Технология приготовления простых бутербродов и сложных	1	
2.2			Приготовление праздничных бутербродов «Канапе», «Мышка», «Парус».	1	
	III. Плов	2			
3.1			Приготовление плова с курицей.	1	
3.2			Приготовление сладкого плова с курагой и изюмом.	1	
	IV. Рыбные блюда	4			
4.1			Приготовление жаренной рыбы в кляре.	1	
4.2			Приготовление горбуши под майонезом.	1	
4.3			Приготовление горбуши в сметанном соусе.	1	
4.4			Приготовление ухи из горбуши	1	
	V. Блюда из молока и творога	12			
5.1			Приготовление молочного супа с рисом.	1	
5.2			Приготовление молочного супа с вермишелью.	1	
5.3			Приготовление манной молочной каши.	1	
5.4			Приготовление пшенной молочной каши.	1	
5.5			Приготовление творожной	1	

			запеканки.		
5.6			Приготовление творожной запеканки с изюмом.	1	
5.7			Приготовление творожной запеканки с лапшой.	1	
5.8			Приготовление пшенной творожной запеканки.	1	
5.9			Приготовление пшенной творожной запеканки.	1	
5.10			Приготовление сырников.	1	
5.11			Приготовление сырников с изюмом.	1	
5.12			Приготовление творожного печенья.	1	
	VI. Блюда из яиц	8			
6.1			Приготовление глазуньи.	1	
6.2			Приготовление глазуньи с колбасой.	1	
6.3			Приготовление жареных яиц с сыром.	1	
6.4			Приготовление яиц всмятку, в «мешочке и вкрутую.	1	
6.5			Приготовление яйца запеченного.	1	
6.6			Приготовления омлета на молоке.	1	
6.7			Приготовление омлета на воде.	1	
6.8			Приготовление омлета с колбасой.	1	
	VII. Блины и оладьи	8			
7.1			Приготовление блинов на молоке с маслом.	1	

7.2			Приготовление блинов с сыром.	1	
7.3			Приготовление блинов на соде.	1	
7.4			Приготовление блинов на соде и кефире.	1	
7.5			Приготовление блинов на дрожжах.	1	
7.6			Приготовление блинов на дрожжах с картофелем.	1	
7.7			Приготовление оладий на соде и сметане.	1	
7.8			Приготовление оладий на дрожжах с медом	1	
	VIII. Блюда из картофеля	16			
8.1			Картофель жареный.	1	
8.2			Картофель «Фри».	1	
8.3			Картофельные драники со сметаной.	1	
8.4			Картофельные драники с сыром.	1	
8.5			Картофель отварной с маслом.	1	
8.6			Картофель запеченный	1	
8.7			Картофельное пюре.	1	
8.8			Картофельные шарики.	1	
8.9			Картофельные оладьи.	1	
8.10			Картофельные оладьи с яблоками.	1	
8.11			Картофельные котлеты.	1	
8.12			Картофельные зразы с грибами.	1	
8.13			Вареники с картошкой.	1	
8.14			Вареники с сыром	1	

			картофелем.		
8.15			Манты с картофелем.	1	
8.16			Пирожки с картофелем и луком.	1	
	IX. Гарниры	6			
9.1			Гречка рассыпчатая.	1	
9.2			Гарнир из пшена.	1	
9.3			Рис рассыпчатый.	1	
9.4			Перловка рассыпчатая.	1	
9.5			Гарнир из овсянки.	1	
9.6			Гороховое пюре.	1	
	X. Супы и борщи	8			
10.1			Приготовление супа с вермишелью.	1	
10.2			Рассольник.	1	
10.3			Рисовый суп.		
10.4			Суп с клецками и яйцами.	1	
10.5			Окрошка.	1	
10.6			Суп свекольный.	1	
10.7			Щи со свининой.	1	
10.8			Борща с курицей	1	
	XI. Дрожжевое тесто	2			
11.1			Дрожжевое безопарное и опарное тесто на быстрых дрожжах.	1	
11.2			Приготовление пирожков жареных и духовых	1	
	Итого:	70		70	

Учебно-методическое обеспечение
Список используемой литературы:

1. М.Б. Бородина, Л.В. Иоффе «Вы ждете гостей» — Восточно- Сибирское книжное издательство, 2000 г.
2. Р.П. Кенгис Домашнее приготовление тортов, пирожных, печенья, пряников, пирогов» — М.: Издательство «Колос», 2022 г.
3. Ольга Ивушкина «Тайная формула запеканки» -М.: РИПОЛ-КЛАССИК, 2008 г.
4. А.Г. Лютиков «Блюда из яиц, творога и сыра» — М.: «ЭСКИМО», 2008 г.
5. «Искусство салата» — Железногорская типография, 2008 г.

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации необходим кабинет кулинарии и следующее **оборудование:**

- Компьютер;
- Медиа проектор;
- Кухонная плита;
- Микроволновая печь;
- Мультиварка

Кухонная утварь и приборы:

- Кастрюли;
- Сковороды;
- Противень для выпекания;
- Мерные стаканы, ложки;
- Венчик;
- Разделочные доски;
- Столовые приборы, ножи;

Продукты для приготовления блюд:

- Овощи;
- Яйца;
- Хлеб, гастрономические продукты;
- Рыба;
- Мясо;
- Мука, соль, сахар, дрожжи быстрого приготовления;
- Крупы.

Приложение

Система контролирующих материалов:

- Входной контроль – проводится в начале обучения, определяет уровень знаний по кулинарии у обучающихся.
- Текущий контроль – проводится на каждом занятии.
- Промежуточный контроль – проводится по окончании изучения отдельных тем: защита работ.
- Итоговый контроль – проводится в конце учебного года, определяет уровень освоения программы (кулинарные самостоятельные работы).