

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УЛЬТ-ЯГУНСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

ПРИНЯТО на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2023 г.
Протокол №

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Е.Г. Титова Е.Г. Титова
приказ № от «31» мая 2023 г.



Дополнительная общеразвивающая
общеобразовательная программа
«Правильное питание»

Направленность: социально-
педагогическая
Возраст детей: 8-10 лет
Срок реализации: 1 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	«Правильное питание»
Направленность программы	социально-педагогическая
Классификация программы	Общеразвивающая, общеобразовательная, краткосрочная
Срок реализации программы	1 год
Возраст обучающихся	8-10 лет
Количество обучающихся по программе	8-10 человек
Ф.И.О. составителя программы	Ехаева Вера Сергеевна
Год разработки	2023г.
Территория	ХМАО-Югра, Сургутский район, с.п.Ульт-Ягун
Юридический адрес учреждения	Российская Федерация, Тюменская область, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, 628430, Сургутский район, с.п. Ульт-Ягун, ул. 35 лет Победы, дом 1/1.
Контакты	приемная 8(3462)738-234 e-mail: ult-sosh@yandex.ru
Цель	формирование знаний, умений и навыков по основам кулинарии и правильного питания
Задачи	<p><i>Обучающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - сформировать знания, навыки и умения технологии приготовления блюд и мучных, кондитерских изделий с учетом сохранения витаминов и минеральных веществ; - формирование и развитие представления о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье; - формирование знаний о правилах здорового питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила; <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать творческие способности, коммуникативные навыки, умение взаимодействовать со сверстниками в процессе решения проблемы; - сформировать начальные здоровьесберегающие кулинарные компетенции; <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжить воспитывать чувства коллективизма, товарищества и взаимопомощи, терпению, ответственности и усидчивости.
Документы, послужившие основанием для разработки проекта	<ul style="list-style-type: none"> - Декларация прав ребёнка, принятая резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года; - Конвенция о правах ребенка, принятая резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года; - Федеральный закон от 26.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; - Государственная программа РФ «Развитие образования на 2018-2025»; - Концепция развития дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2020 года; - План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 11.03.2015 № 100-р.

	<p>Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р (с изменениями на 28 января 2017 года);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; - Региональный проект «Успех каждого ребенка» (1 октября 2018 г. – 31 декабря 2024 г.); - Постановление 21.03.2022 г. № 9 «О внесении изменений СанПиН 3.1/2.4.3598-20 (Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей)». - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки Российской Федерации (письмо от 18.11.2015г. № 09-3242); - 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»
Образовательные форматы	<ul style="list-style-type: none"> - очно (принцип workshop) – обучающиеся проходят курс коллективно при поддержке педагога; <p>Формы организации познавательной деятельности: индивидуальная, коллективная, групповая.</p> <p>Программа рассчитана на 68 часов.</p> <p>Режим занятий: 1 раз в неделю, 2 занятия по 40 минут.</p> <p>Формы контроля: викторина, наблюдение, индивидуальный опрос, творческий проект, результаты конкурсов и состязаний, личные достижения учащегося.</p>
Требования к условиям организации образовательного процесса	<p><i>Для очных занятий:</i></p> <p>Для очных занятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Кабинет технологии. - Оборудование для приготовления блюд. - Спецодежда: фартуки, халаты, нарукавники, головные уборы (колпак, косынка)

Ожидаемые результаты освоения программы	<p><i>Личностные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование чувства уважения и бережного отношения к результатам своего труда и труда окружающих; - формирование чувства коллективизма и взаимопомощи; - формирование трудолюбия и волевых качеств: терпение, ответственность, усидчивость. <p><i>Метапредметные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие интереса к основам культуры питания; - умение анализировать результаты своей работы, работать в группах. <p><i>Предметные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний, умений и навыков приготовления простых блюд, мучных кондитерских изделий с учетом принципов здорового питания; - приобретение навыков приготовления полезной пищи.
Формы занятий	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<p>Кабинет технологии, оборудованный в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.</p> <p><u>Оборудование:</u> электрическая плита с духовым шкафом, вытяжка, стол для приготовления блюд, обеденный стол, кухонный гарнитур, мойка для мытья посуды, шкаф для хранения спецодежды, спецодежда, оборудование для мытья и сушки рук.</p>

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

1. Декларация прав ребёнка, принятая резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года;
2. Конвенция о правах ребенка, принятая резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года;
3. Федеральный закон от 26.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Государственная программа РФ «Развитие образования на 2018-2025»;
5. Концепция развития дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2020 года;
6. План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года N 1726-р (с изменениями на 28 января 2017 года);
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Региональный проект «Успех каждого ребенка» (1 октября 2018 г. – 31 декабря 2024 г.);
9. Постановление 21.03.2022 г. № 9 «О внесении изменений СанПиН 3.1/2.4.3598-20 (Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей)».

10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки Российской Федерации (письмо от 18.11.2015г. № 09-3242);

11. 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»;

12. 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».

Аннотация: Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия человека, основной фактор, определяющий эффективность обучения, т. к. только здоровый ребёнок способен успешно и полностью овладеть школьной программой. Одним из составляющих здоровья является культура питания, т. к. правильное питание – один из «краеугольных камней», на котором базируется здоровье и жизнь человека.

Новизна.

Новизна программы в том, что обучающиеся овладевают основами правильного питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, на формирование готовности соблюдать их, учатся осмысливать причинно-следственные связи формирования навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

Актуальность.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время наблюдается увеличение числа больных детей по стране. Необходимо формировать основные принципы правильного питания, начиная с раннего возраста.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность изучения дополнительной программы состоит в том, чтобы сформировать у подрастающего поколения основные принципы правильного питания, необходимые в современном обществе для поддержания здорового образа жизни. Именно это позволит обеспечить динамическое развитие личности ребенка, его нравственное становление, сформировать целостное восприятие самого себя, развить интеллектуальные и творческие способности ребенка в оптимальном возрасте.

Классификация программы по освоению предполагает базовый уровень, направленный на развитие компетентности обучающихся в данной образовательной области, формирование навыков на уровне практического применения.

Отличительная особенность заключается в том, что программа полностью построена с упором на практику, т. е. обучающиеся приобретают знания об основах правильного питания в процессе приготовления полезных блюд.

Цель программы: формирование знаний, умений и навыков по основам кулинарии и правильного питания.

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование знаний, умений и навыков приготовления простых блюд, мучных кондитерских изделий с учетом принципов здорового питания;

- приобретение навыков приготовления полезной пищи.

Развивающие:

- развитие интереса к основам культуры питания;
- умение анализировать результаты своей работы, работать в группах.

Воспитательные:

- формирование чувства уважения и бережного отношения к результатам своего труда и труда окружающих;
- формирование чувства коллективизма и взаимопомощи;
- формирование трудолюбия и волевых качеств: терпение, ответственность, усидчивость.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Возраст обучающихся	8-10 лет
Количество обучающихся в группе	10-15
Количество часов в неделю	2 часа в неделю
Общее количество часов в год	68
Общее количество часов	68

Методы обучения:

- *словесные методы обучения:* объяснение, рассказ, чтение, беседа, диалог, консультация.

- *методы практической работы;*

- *наглядный метод обучения:* таблицы, иллюстрации, демонстрационные материалы;

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

- групповая;

- индивидуальная.

Образовательные технологии. При реализации данной программы используются информационно-коммуникационная, технология проблемного обучения, игровые технологии.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Личностные результаты:

- формирование чувства уважения и бережного отношения к результатам своего труда и труда окружающих;

- формирование чувства коллективизма и взаимопомощи;

- формирование трудолюбия и волевых качеств: терпение, ответственность, усидчивость.

Метапредметные результаты

- развитие интереса к основам культуры питания;

- умение анализировать результаты своей работы, работать в группах.

Образовательные результаты

Предметные результаты

- формирование знаний, умений и навыков приготовления простых блюд, мучных кондитерских изделий с учетом принципов здорового питания;

- приобретение навыков приготовления полезной пищи.

Способы и формы выявления результатов: групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд.

Способы и формы фиксации результатов: Грамоты и дипломы

Способы и формы предъявления результатов:

Для определения качества обученности по данной программе используется уровневая тоценка: стартовый, базовый, продвинутой.

Результат прохождения программы является итоговое занятие в форме самостоятельного приготовления блюда из «правильных» продуктов.

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 ученика (взаимопонимание, ответственность, уважение).

- *Принцип культуросообразности* – предполагает, что творчество учащихся 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, сверстниками, создаёт условия для самопознания, социально-педагогического самоопределения.

Условия реализации:

Материально-техническое оснащение процесса обучения: Кабинет технологии, оборудованный в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

Оборудование: электрическая плита с духовым шкафом, вытяжка, стол для приготовления блюд, обеденный стол, кухонный гарнитур, мойка для мытья посуды, шкаф для хранения спецодежды, спецодежда, оборудование для мытья и сушки рук.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОСТАВА

Педагог, реализующий дополнительную общеразвивающую досуговую программу: педагог дополнительного образования. Стаж работы – не менее одного года, образование – высшее педагогическое, квалификационная категория – соответствие занимаемой должности. 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 приготовлении блюд.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Модуль 1. Основы правильного питания					
№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		теория	практика	всего	
1.	Принципы правильного питания	4	6	10	Педагогическое наблюдение, выполнение задания
2	Самые полезные продукты	4	6	10	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
3.	Из чего состоит наша пища	4	6	10	Педагогическое наблюдение,

					выполнение практических заданий
4.	Основные способы приготовления пищи	2	2	4	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
5.	Приготовление полезного завтрака	4	8	12	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
6.	Приготовление обеда	4	8	12	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
7.	Приготовление ужина из полезных продуктов	4	6	10	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
ИТОГО		26	42	68	Самостоятельное приготовление блюда

Приложение 1

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Сроки	Тема модуля, раздела	Кол-во часов	Форма занятий	Форма контроля
I модуль «Основы правильного питания» 34 часа					
1	с 01.09.2023 по 30.12.2023	Принципы правильного питания	10	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд.	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
2		Самые полезные продукты	10	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
3		Из чего состоит наша пища	10	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
4		Основные способы приготовления пищи	4	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд	Педагогическое наблюдение, выполнение практических

					заданий
1	с 01.01.2024г. по 31.05.2024г.	Приготовление полезного завтрака	12	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
2		Приготовление обеда	12	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
3		Приготовление ужина из полезных продуктов	10	Групповая дискуссия, мастер-классы, практические занятия по приготовлению блюд	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ МОДУЛЬ 1

1 раздел: Принципы правильного питания

Вводное занятие. Содержание и режим занятий. Инструктаж по технике безопасности (правила техники безопасности, правила противопожарной безопасности). Знакомство с термином «правильное питание».

Правильное питание – это рацион, снабжающий организм всеми необходимыми макро- и микроэлементами. Оно обеспечивает рост, развитие, нормальное функционирование всех систем органов, укрепляет здоровье и предотвращает развитие острых и хронических заболеваний. Входной контроль. Определение уровня подготовки обучающихся. Приготовление простых блюд (бутерброд, салат, запеканка).

2 раздел: Самые полезные продукты. Это натуральные продукты, которые содержат витамины, микроэлементы, клетчатку, белки, жиры и углеводы. В них нет большого количества сахара или соли, нет усилителей вкуса, консервантов, загустителей, красителей и стабилизаторов.

К полезным продуктам относятся:

- Овощи и зелень
- Фрукты и ягоды
- Молочные продукты
- Крупы и бобовые
- Рыба и постное мясо

3 раздел: Из чего состоит наша пища.

Для сбалансированного здорового питания организм человека должен получать 45-50% энергии от углеводов, 30-35% от белков и 15-20% от жиров. Белки. Жиры. Углеводы. Витамины и минеральные вещества.

4 раздел: Основные способы приготовления пищи. К основным способам приготовления пищи относятся: отваривание, тушение, запекание, приготовление на пару, жарка, копчение, приготовление в микроволновой печи, соление, консервирование и соление.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- формирование чувства уважения и бережного отношения к результатам своего труда и труда окружающих;
- формирование чувства коллективизма и взаимопомощи;

- формирование трудолюбия и волевых качеств: терпение, ответственность, усидчивость.

Метапредметные результаты

- развитие интереса к основам культуры питания;
- умение анализировать результаты своей работы, работать в группах.

Образовательные результаты

Предметные результаты

- формирование знаний, умений и навыков приготовления простых блюд, мучных кондитерских изделий с учетом принципов здорового питания;
- приобретение навыков приготовления полезной пищи.

5 раздел: Приготовление полезного завтрака

Приготовление каши на воде, на молоке. Яйца — омлет из белков, пашот, яичница с зеленью. Творог с фруктами и ягодами. Овощные оладьи. Фруктовый салат с тостами. Морковные котлеты на завтрак.

6 раздел: Приготовление обеда. Что такое сбалансированный обед? Фрукты и овощи на обед. Гарниры и их роль в полноценном обеде. Рыба и мясо и их альтернативы для обеда.

7 раздел: Приготовление ужина из полезных продуктов.

Молочнокислые продукты и изделия из них (сырники, йогурт, кефир, творожная запеканка). Нежирное мясо и рыба. Орехи и их польза. Тушеные овощи.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- формирование чувства уважения и бережного отношения к результатам своего труда и труда окружающих;
- формирование чувства коллективизма и взаимопомощи;
- формирование трудолюбия и волевых качеств: терпение, ответственность, усидчивость.

Метапредметные результаты

- развитие интереса к основам культуры питания;
- умение анализировать результаты своей работы, работать в группах.

Образовательные результаты

Предметные результаты

- формирование знаний, умений и навыков приготовления простых блюд, мучных кондитерских изделий с учетом принципов здорового питания;
- приобретение навыков приготовления полезной пищи.

ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЫ:

1. [http://constitution.kremlin.ru/;](http://constitution.kremlin.ru/)
2. https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml;
3. [https://lawlinks.ru/273-fz-ob-obrazovanii/;](https://lawlinks.ru/273-fz-ob-obrazovanii/)
4. <http://www.opencu.ru/page/koncepcija-razvitiya-dod-chmao;>
5. <https://docplayer.ru/33733781-Metodicheskie-rekomendacii-po-proektirovaniyu-dopolnitelnyh-obshcheobrazovatelnyh-obshcherazvivayushchih-programm.html;>
6. <http://docs.cntd.ru/document/420207400;>

Контроль за уровнем усвоения знаний

Вид контроля	Сроки	Характеристика контроля	Форма контроля	Формы представления результатов контроля
Вводный контроль	В начале изучения	Определение стартовых возможностей обучающихся	Обучающимся дается практическое задание, на котором в результате	выполнение практических

	I модуля (сентябрь)	и выявление исходного уровня подготовки	наблюдения педагог определяет уровень подготовки обучающихся (педагогическое наблюдение)	заданий
Текущий контроль	В конце изучения каждой крупной темы.	Выявляет степень усвоения учебного материала, уровень подготовки к занятиям, заинтересованность обучающихся	в процессе объяснения теоретического материала преподаватель обращается к учащимся с вопросами и короткими заданиями; в процессе выполнения практических работ преподаватель контролирует и оценивает выполненные этапы работы	выполнение практических заданий
Промежуточная аттестация	После изучения 1 модуля	Проходит с целью проверки теоретических и практических знаний обучающихся в результате обучения по модулю	Проверка теоретических знаний проводится в форме теста, практических навыков - в форме тренировочных упражнений. Оценка по теории и практике проводится по 3-х бальной системе: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень усвоения знаний, умений и навыков. Вычисляется средний балл. Затем результаты итоговой аттестации фиксируются в «Протоколе итоговой аттестации обучающихся объединения».	Протокол промежуточной аттестации, защита проекта.
Итоговая аттестация	В конце обучения	Итоговая аттестация анализирует успешность освоения программы. При успешном усвоении программы выпускнику вручается свидетельство об окончании полного курса обучения по программе «Правильное питание»		Протокол итоговой аттестации обучающихся объединения

Оценка по теории и практике проводится по 3-х бальной системе: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень усвоения знаний, умений и навыков. Вычисляется средний балл.

Уровень теоретической подготовки обучающихся

№	Показатели	Основы правильного питания	Основы правильного питания
	Критерии	самостоятельное приготовление блюда	самостоятельное приготовление блюда
Стартовый уровень			
1	1 балл (низкий уровень)	Правильный 1 ответ	Правильный 1 ответ
2	2 балла (средний уровень)	Правильные 2 ответа	Правильные 2 ответа
3	3 балла (высокий уровень)	Правильные 3 ответа	Правильные 3 ответа
Базовый уровень			
1	1 балл (низкий уровень)	Правильный 1 ответ	Правильный 1 ответ
2	2 балла (средний уровень)	Правильные 2 ответа	Правильные 2 ответа
3	3 балла (высокий уровень)	Правильные 3 ответа	Правильные 3 ответа

Уровень практической подготовки обучающихся

	Показатели	Основы правильного питания	Основы правильного питания
	Критерии	самостоятельное приготовление блюда	самостоятельное приготовление блюда
Стартовый уровень			
1	1 балл (низкий уровень)	Выполнено мало заданий.	Приготовление блюда с помощью учителя. Защита прошла успешно.
2	2 балла (средний уровень)	Все задания выполнены с незначительной помощью	Почти самостоятельное приготовление блюда. Без подсказок учителя. Защита прошла успешно.

		учителя	
3	3 балла(высокий уровень)	Все задания выполнены почти	Самостоятельное приготовление блюда. Защита прошла успешно.
Базовый уровень			
1	1 балл (низкий уровень)	Выполнено мало заданий.	Приготовление блюда с помощью учителя. Защита прошла успешно.
2	2 балла (средний уровень)	Все задания выполнены с незначительной помощью учителя	Почти самостоятельное приготовление блюда. Без подсказок учителя. Защита прошла успешно.
3	3 балла (высокий уровень)	Все задания выполнены	Самостоятельное приготовление блюда. Защита прошла успешно.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема раздела	Место проведения	Форма контроля
Модуль 1. «Основы правильного питания» (34 ч)								
1.	Сентябрь			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Вводное занятие. Содержание и режим занятий. Инструктаж по технике безопасности (правила техники безопасности, правила противопожарной безопасности).	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Основные принципы правильного питания.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление бутерброда из полезных продуктов.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление салата из свежих овощей или фруктов	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
2.	Октябрь			Групповая дискуссия, практические	2	Приготовление запеканки.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение

				занятия по приготовлению блюд				практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Самые полезные продукты. Овощи и зелень. Приготовление овощного салата.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Самые полезные продукты. Фрукты и ягоды. Приготовление ягодного морса.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Самые полезные продукты. Молочные продукты. Приготовление булочек.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
3.	Ноябрь			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Самые полезные продукты. Крупы и бобовые. Приготовление овсяноблина.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Самые полезные продукты. Рыба и постное мясо. Приготовление блюда из постного мяса.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий

				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Из чего состоит наша пища. Белки. Приготовление полезных котлет.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Из чего состоит наша пища. Жиры. Приготовление салата с масляной заправкой.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
4.	Декабрь			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Из чего состоит наша пища. Углеводы. Приготовление полезного десерта.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Из чего состоит наша пища. Витамины. Приготовление салата витаминного.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Из чего состоит наша пища. Минеральные вещества. Приготовление ягодного пирога.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по	2	Основные способы приготовления пищи. Приготовление полезных чипсов из картофеля	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических

				приготовлению блюд				заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Основные способы приготовления пищи. Приготовление полезных чипсов из овощей (промежуточная аттестация))	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
5.	Январь			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление полезного завтрака. Приготовление каши на воде, на молоке.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление полезного завтрака. . Яйца — омлет из белков, пашот, яичница с зеленью.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
6.	Февраль			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление полезного завтрака. Творог с фруктами и ягодами.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление полезного завтрака. Овощные оладьи.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия,	2	Приготовление полезного завтрака. Фруктовый салат с тостами.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение,

				практические занятия по приготовлению блюд				выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление полезного завтрака. Морковные котлеты на завтрак.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
7.	Март			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление обеда. Что такое сбалансированный обед?	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление обеда. Что такое сбалансированный обед?	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление обеда. Фрукты и овощи на обед.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление обеда. Гарниры и их роль в полноценном обеде.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий

8.	Апрель			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление обеда. Гарниры и их роль в полноценном обеде.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление обеда. Рыба и мясо и их альтернативы для обеда.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление ужина из полезных продуктов. Молочнокислые продукты и изделия из них (сырники, йогурт, кефир, творожная запеканка).	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление ужина из полезных продуктов. Молочнокислые продукты и изделия из них (сырники, йогурт, кефир, творожная запеканка).	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
9.	Май			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление ужина из полезных продуктов. Нежирное мясо и рыба.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий
				Групповая дискуссия, практические занятия по	2	Приготовление ужина из полезных продуктов. Орехи и их польза.	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических

			приготовлению блюд				заданий
			Групповая дискуссия, практические занятия по приготовлению блюд	2	Приготовление ужина из полезных продуктов. Тушеные овощи. (итоговая аттестация)	кабинет технологии	Педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий