МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ- ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Администрация Выборгского района

ГБОУ лицей №486 Выборгского района

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
МО «Творчество»	Педагогический совет	Директор
_____	_____	_____
Протокол №1 от «28».08.2026 г.	Протокол № 1 от «31». 08 2026 г.	Васильева Ю.В. Приказ № 61 от «31».08 2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 70A42BA7FAD459CE4376C3C754C119C1E
Владелец: Васильева Юлия Владимировна
Действителен: с 29.09.2026 до 23.12.2027

Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Кулинарное путешествие по миру»
для 5 класса
на 2026-2027 учебный год

Разработчик:
Чижевская Александра Викторовна,
учитель труда (технологии)

Санкт-Петербург 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с последующими изменениями и дополнениями);

- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;

- Приказ Министерства просвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных образовательных программ, в том числе в части проектной деятельности (письмо Минобрнауки РФ от 18.08.2017 № 09-1672);

- Методические рекомендации «Об организации предоставления услуги присмотру и уходу за детьми в группах продленного дня в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга» от 23.01.2019 № 03-28-382/19-00;

Программа «Кулинарное путешествие по миру» разработана для расширения кругозора учащихся и формирования базовых навыков приготовления пищи. Изучение кулинарных традиций разных стран мира позволяет интегрировать знания по географии, истории и иностранным языкам в практическую деятельность.

Актуальность: Формирование культуры питания, навыков самостоятельности в быту и толерантности к культурам других народов через гастрономию.

Новизна: Каждое занятие — это «экспедиция» в новую страну, где теория (страноведение, традиции, продукты) закрепляется немедленной практикой приготовления конкретного национального блюда.

Программа внеурочной деятельности «Кулинарное путешествие по миру» реализует следующую **цель:** формирование у учащихся практических умений в области кулинарии и расширение знаний о мировой культуре питания.

Задачи программы:

1. Обучающие: научить технологии приготовления простых блюд (салаты, супы, горячее, десерты, напитки) из доступных продуктов; обучить правилам техники безопасности и санитарии.
2. Развивающие: развить мелкую моторику, глазомер, сенсорные ощущения (вкус, запах), навыки планирования и работы в команде.

3. Воспитательные: привить аккуратность, эстетический вкус (сервировка стола), уважение к труду и культуре разных народов.

Формы контроля: Дегустация, самооценка вкуса, презентация блюда (сервировка), ведение «Кулинарного дневника путешественника» (запись рецептов).

II. Актуальность: учащиеся 5 класса (10–11 лет) находятся в периоде активного формирования мелкой моторики, координации движений, сенсорного восприятия. Кулинарная деятельность создает оптимальные условия для развития этих функций: нарезка овощей, замес теста, формовка котлет, украшение блюд требуют точности и согласованности движений. Кроме того, в этом возрасте ведущей становится потребность в признании и успехе. Ситуация успеха, создаваемая на каждом занятии (готовое блюдо, которое можно продегустировать и получить одобрение), положительно влияет на самооценку и учебную мотивацию.

Особенности программы

Программа реализует системно-деятельностный подход: знания не транслируются в готовом виде, а добываются учащимися в ходе практической работы. Формируются все группы универсальных учебных действий: регулятивные (планирование, контроль, оценка), познавательные (работа с технологическими картами, анализ), коммуникативные (работа в бригадах), личностные (смыслообразование, самоопределение). Программа также имеет профориентационную направленность: знакомит с профессиями повара, кондитера, технолога пищевой промышленности.

III. Планируемые результаты

Учащиеся должны получить знания по швейному делу и определить значение данного вида творчества в развитии общества, родного города и области, в развитии России.

Личностные:

- Проявление познавательных интересов к культуре других народов.
- Готовность к самообслуживанию и труду на кухне.
- Развитие эстетического вкуса при оформлении блюд.

Метапредметные:

Регулятивные: Умение планировать последовательность действий, работать по инструкции (рецепту), оценивать качество готового продукта.

Познавательные: Умение работать с информацией (технологические карты), анализировать состав продуктов.

Коммуникативные: Навыки работы в малой группе, распределение ролей, умение договариваться.

Предметные:

- Знание правил безопасности на кухне.
- Владение основными приемами нарезки (соломка, кубик, ломтики).

- Владение простейшими видами тепловой обработки (варка, жарка, запекание).
- Умение составлять простое меню и сервировать стол.

IV. Идеи программы

Реализация программы носит сугубо практический характер. Теоретические сведения о стране, ее кухне и традициях даются минимальным блоком (10–15 минут) и служат лишь мотивационной «рамкой» для главного — практической работы. Основное время занятия (60–70%) отводится на непосредственное приготовление блюда: нарезку, смешивание, тепловую обработку, оформление и дегустацию. Каждое занятие завершается конкретным осязаемым результатом — готовым блюдом, которое учащийся приготовил своими руками. Это принципиальная позиция программы: ребенок учится кулинарии не по картинкам и презентациям, а через собственные руки, собственные ошибки и собственный вкусовой опыт.

Идея «маленького путешественника». Каждое занятие — это не просто урок готовки, а виртуальная экспедиция. Учащиеся ведут «Кулинарный дневник путешественника», куда вклеивают или вписывают рецепты, отмечают на карте мира пройденные страны, фиксируют свои впечатления и оценки. К концу года у каждого ребенка формируется личная «кулинарная карта мира» — материальное свидетельство пройденного пути.

Идея «от простого к сложному». Программа выстроена по принципу возрастающей сложности: от бутербродов и салатов без тепловой обработки — к варке, жарке, запеканию, работе с тестом и, наконец, к самостоятельному итоговому проекту. Каждое новое занятие опирается на навыки, освоенные ранее, и добавляет один-два новых приема.

Идея командной работы (бригадный метод). Учащиеся делятся на постоянные или сменные бригады по 3–4 человека. Внутри бригады распределяются роли: шеф-повар, помощник, ответственный за чистоту, оформитель. Смена ролей от занятия к занятию позволяет каждому ребенку попробовать себя в разных функциях и не закрепляет за ним только одну позицию.

Идея «съедобного результата». Блюдо, приготовленное на занятии, обязательно дегустируется всей группой. Это создает естественную мотивацию, воспитывает умение оценивать результат, давать и принимать обратную связь, а также формирует культуру застолья — умение есть аккуратно, делиться впечатлениями, благодарить.

Идея интеграции с семьей. Рецепты, освоенные на занятии, ребенок воспроизводит дома, привлекая родителей. Это превращает внеурочную деятельность в семейное дело и закрепляет практический навык.

V. Механизм реализации программы

1. Педагогические средства и формы

Формы: практикум (основная форма — полный цикл приготовления блюда за сдвоенное занятие), виртуальная экспедиция (знакомство со страной через карту,

презентацию, видео), бригадная работа со сменой ролей, дегустация с взаимооценкой, «Кулинарный дневник путешественника», итоговый проект — банкет «Кулинарный глобус».

Методы: наглядно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемно-поисковый, метод проектов, игровые ситуации.

Средства: технологические карты, карта мира, мультимедиа, кухонное оборудование и инвентарь, продукты (с учетом аллергий), спецодежда, средства санитарии.

Алгоритм занятия: организация → экспедиция → инструктаж → практика → уборка → дегустация и рефлексия → запись рецепта.

Контроль: текущий (наблюдение), промежуточный (качество блюда, дневник), итоговый (защита проекта, банкет). Оценивание безотметочное: похвала, значки-символы, само- и взаимооценка.

2. Материально-техническая база

1. Оборудование: Кухонные плиты, духовой шкаф, холодильник, микроволновая печь, блендер, электрический чайник, вафельница, тостер.
2. Посуда и инвентарь: Разделочные доски (с маркировкой), ножи, миски, кастрюли, сковороды, венчики, лопатки, терки, скалки, циновки для роллов.
3. Спецодежда: Фартуки, колпаки/косынки.
4. Продукты: Закупаются родителями по списку, выданному учителем заранее (с учетом аллергий у детей).
5. Дидактические материалы: Технологические карты блюд, презентации по странам, карта мира.

3. Методическое обеспечение программы

Основная форма организации занятий – групповая, реже индивидуальная.

Формы проведения занятий:

- Практикум — приготовление национального блюда по технологической карте (основная форма).
- Виртуальная экспедиция — знакомство со страной и её кухней через карту, презентацию, видео.
- Беседа — обсуждение традиций питания и здорового рациона.
- Демонстрация — показ педагогом приёмов нарезки, замеса, тепловой обработки.
- Самостоятельная работа — отработка операций и приготовление блюда бригадой.
- Дегустация — коллективное оценивание блюда, само- и взаимооценка.
- Игра — ролевые ситуации («шеф-повар и команда», «конкурс кулинаров»).
- Проектная деятельность — подготовка и защита итогового блюда на банкете.

Методы обучения:

- Словесные: рассказ, объяснение, беседа, инструктаж, работа с технологической картой.
- Наглядные: демонстрация приёмов, слайды и видео, работа с картой мира.
- Практические: упражнения, лабораторно-практическая работа, приготовление блюда, дегустация.
- Проблемно-поисковые: решение ситуационных задач.
- Метод проектов: разработка и защита итогового блюда.
- Игровые: ролевые и имитационные ситуации.
- Стимулирования и мотивации: похвала, ситуация успеха, соревнование бригад, значки-символы.
- Контроля и самоконтроля: наблюдение, самооценка, взаимооценка, «Кулинарный дневник путешественника».

VI. Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа)

Теория: Беседа о культуре питания. Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, электроплитой и духовкой. Санитарные требования (мытье рук, доски, сырые/готовые продукты).

Практика: Знакомство с оборудованием кабинета. Приготовление простого блюда без тепловой обработки (канапе) для отработки навыков нарезки.

Раздел 2-5. Кулинарные регионы (58 часов)

Каждое занятие строится по единой структуре:

1. Организационный момент (5 мин): Подготовка формы, мытье рук.
2. Виртуальное путешествие (15 мин): Учитель показывает на карте страну, рассказывает интересные факты о кухне, особенностях трапезы.
3. Инструктаж по рецепту (10 мин): Разбор технологической карты, распределение обязанностей в бригадах.
4. Практическая работа (50-60 мин): Приготовление блюда под контролем учителя. Уборка рабочего места.
5. Дегустация и рефлексия (15-20 мин): Сервировка, снятие пробы, обсуждение вкуса, запись рецепта в тетрадь.

Раздел 6. Итоговый проект (10 часов)

Учащиеся делятся на группы, выбирают полюбившуюся страну и самостоятельно (под контролем учителя) готовят блюда для итогового стола, демонстрируя освоенные навыки самообслуживания и работы в команде.

VII. Материально – техническое обеспечение реализации программы

Дидактический материал:

- Технологические карты блюд (по каждому занятию).
- Презентации и видеосюжеты о странах и их кухнях.
- Карта мира, «Кулинарный глобус», настенные иллюстрации.

- Памятки по технике безопасности и санитарии.
- Раздаточные материалы: схемы нарезки, таблицы пропорций, рецепты.
- «Кулинарный дневник путешественника» (рабочая тетрадь учащегося).
- Подборка национальной музыки для сопровождения занятий.

Оборудование:

- Кухонные плиты, духовой шкаф, холодильник, микроволновая печь.
- Блендер, электрический чайник, тостер, вафельница, кухонные весы.
- Разделочные доски (с маркировкой), ножи, миски, кастрюли, сковороды.
- Венчики, лопатки, терки, скалки, циновки для роллов, формочки, мерная посуда.
- Столовая посуда и приборы для сервировки и дегустации.
- Спецодежда: фартуки, колпаки/косынки, перчатки.
- Средства санитарии: мыло, дезинфицирующие средства, бумажные полотенца, аптечка.

Техническое оснащение:

- Компьютер или ноутбук.
- Мультимедийный проектор и экран (или интерактивная доска).
- Аудиоколонки.
- Телевизор (при наличии).
- Фотоаппарат или камера для фиксации результатов.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
68 часов за год (2 часа в неделю)

Разделы, темы	**Количество часов**	**Содержание занятия**
Раздел 1. Введение. Основы безопасности и санитарии	2	Инструктаж по технике безопасности при работе с ножом, плитой, духовкой. Санитарные требования. Практика: приготовление бутербродов-канапе, нарезка, сборка, оформление.
Раздел 2. Европейская кухня	16	Кухни Италии, Греции, Франции, Великобритании, Германии, Испании, Скандинавии. Приготовление пасты, пиццы, греческого салата, омлета, сэндвичей, картофельного салата, гаспачо, фрикаделек с пюре.
Раздел 3. Азиатская кухня	16	Кухни Японии, Китая, Индии, Таиланда, Турции, Узбекистана, Кореи. Приготовление роллов, лапши WOK, спринг-роллов, чапати, салата с арахисовой заправкой, кебаба, плова, пибимпапа.
Раздел 4. Кухня Америки и Австралии	10	Кухни США, Мексики, Бразилии, Австралии. Приготовление бургеров, картофеля по-деревенски, такос, кесадильи, фейжоады, хлеба фей, бананового смузи.
Раздел 5. Десерты и выпечка мира	14	Кухни Австрии, США, Франции, Японии, Германии, Востока, Бельгии. Приготовление штруделя, панкейков, круассанов, моти, штоллена, печенья, пахлавы, вафель.
Раздел 6. Напитки и итоговая работа	10	Приготовление смузи-боулов и лимонадов, русских блинов. Повторение теории, подготовка и проведение итогового банкета «Кулинарный глобус».
Итого	**68**	