


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Республики Башкортостан**  
**Администрация городского округа город Стерлитамак Республики Башкортостан**  
**МАОУ "СОШ №30"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МС

МАОУ «СОШ №30»


 Асфандиярова А.Р.

Протокол № 1

от 28 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

 Хайбуллина М.А.

от 28 августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного курса внеурочной деятельности**

**«Практикум по технологии»**

**для обучающихся 5-9 классов**

**город Стерлитамак, 2023 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Стратегическими документами, определяющими направление модернизации содержания и методов обучения, являются ФГОС ООО и Концепция преподавания предметной области «Технология».

**Цель:** воспитание личности творца, способного осуществлять свои творческие замыслы в области разных видов деятельности. Формирование у учащихся устойчивых систематических потребностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самоопределению в процессе познания искусства, истории, культуры, традиций.

### **Задачи:**

- дать знания о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- научить практическим навыкам рационального питания;
- познакомить учащихся с народными традициями, связанными с питанием и здоровьем;
- формировать интерес к декоративно-прикладному творчеству;
- развивать художественный вкус и ориентировать на качество изделия;
- развивать творческие способности, воображение, кругозор;
- развивать индивидуальные способности обучающихся;
- формировать чувство самоконтроля, взаимопомощи;
- помогать детям в их желании сделать свои работы общественно значимыми.

Обучение проводится в двух направлениях:

- усвоение теоретических знаний;
- формирование практических навыков.

На занятиях учащиеся получают знания о продуктах и тканях, их свойствах. Девочки будут иметь возможность: познакомиться с историей и культурой кулинарии и шитья; работать с различными продуктами, изучать технологии приготовления пищи, оформлять и подавать блюда; подбирать ткани, делать крой изделия, выполнять ручные и машинные стежки, отрабатывать упражнения в заправке нити в швейной машине, проводить ВТО. В процессе выполнения несложных изделий отрабатываются технические навыки.

Во время реализации программы будут использованы такие формы и методы, как рассказ, беседа, объяснение, а также выполнение практических заданий.

Программа включает в себя различные обучающие блоки, способствующие расширению и углублению знаний, занятия для каждого обучающегося дают больше возможностей для творческого и эстетического развития личности.

Овладение учащимися программой не только обогатит их духовно, но и подготовит к конкуренции на рынке труда и профессий.

Программа рассчитана на 3 года обучения, 102 часа. Занятия 1 раз в неделю по 1 часу, всего – 34 часа в год.

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### **Раздел «Кулинария» (53 ч)**

#### **Вводное занятие (3 ч)**

Основные теоретические сведения: Цели и задачи курса. Значение питания для жизнедеятельности организма. Изучение инструкций по безопасности труда, санитарии и гигиене.

#### **Национальная кухня разных народов (2 ч)**

Основные теоретические сведения: Национальная кухня разных народов. Исторические сведения о национальной кухне разных народов. Изучение особенностей приготовления пищи у разных народов и связь с обрядовой национальной кухней.

#### **Блюда русской национальной кухни (10 ч)**

Основные теоретические сведения: Перечень блюд. Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Технологии приготовления салата «Винегрет», супа «Уха», пирога «Кулебяка», десерта «Блинчики».

Практические работы: Приготовление салата «Винегрет», супа «Уха», пирога «Кулебяка», десерта «Блинчики».

#### **Блюда башкирской национальной кухни (6 ч)**

Основные теоретические сведения: Перечень блюд. Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Технологии приготовления блюда «Вак балеш», десерта «Йыгуаса».

Практические работы: Приготовление блюда «Вак балеш», десерта «Йыгуаса».

#### **Блюда татарской национальной кухни (8 ч)**

Основные теоретические сведения: Перечень блюд. Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Технологии приготовления супа «Токмач», блюда «Азу по-татарски», лепешки «Кыстыбый».

Практические работы: Приготовление супа «Токмач», блюда «Азу по-татарски», лепешки «Кыстыбый».

#### **Блюда болгарской национальной кухни (8 ч)**

Основные теоретические сведения: Перечень блюд. Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Технологии приготовления салата «Шопский», блюда «Мусака», торта «Гараш».

Практические работы: Приготовление салата «Шопский», блюда «Мусака», торта «Гараш».

#### **Блюда французской национальной кухни (8 ч)**

Основные теоретические сведения: Перечень блюд. Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Технологии приготовления салата «Гайрат», супа «Луковый», десерта «Эклеры».

Практические работы: Приготовление салата «Гайрат», супа «Луковый», десерта «Эклеры».

#### **Блюда американской национальной кухни (8 ч)**

Основные теоретические сведения: Перечень блюд. Традиции в сервировке, подаче и употреблении блюд. Технологии приготовления салата «Цезарь», гамбургера, десерта «Маффин».

Практические работы: Приготовление салата «Цезарь», гамбургера, десерта «Маффин».

### **Раздел «Лоскутное шитьё» (16 ч)**

#### **Вводное занятие (1 ч)**

Основные теоретические сведения: Цели и задачи курса. Изучение инструкций по безопасности труда при швейных работах.

#### **Особенности лоскутного шитья (1 ч)**

Основные теоретические сведения: История лоскутной техники. Ткани, основные и отделочные материалы. Инструменты и приспособления.

#### **Шитьё из полос (12 ч)**

Основные теоретические сведения: Технология шитья из полос. Подбор ткани по качеству, составу, цвету. Технология раскроя деталей в лоскутном шитье (полосы). Способы экономии ткани. Технология смётывания и стачивания деталей кроя. Способы отделки изделия.

Практические работы: Составление эскиза изделия «Кухонная прихватка». Изготовление выкройки кухонной прихватки в соответствии с моделью. Подбор ткани. Раскрой кухонной прихватки. Пошив и отделка кухонной прихватки.

### **Выставка-ярмарка (2 ч)**

Основные теоретические сведения: Подведение итогов. Подготовка итоговой выставки-ярмарки работ учащихся. Организация и проведение выставки-ярмарки поделок учащихся. Награждение авторов наиболее интересных творческих работ.

Практические работы: Проведение выставки-ярмарки.

## **Раздел «Создание изделий из текстильных материалов» (33 ч)**

### **Швейные изделия (2 ч)**

Основные теоретические сведения: Швейные изделия, их назначение. Плечевые и поясные изделия. Отделочные материалы: тесьма, кружево, шитье.

### **Снятие мерок (2 ч)**

Практические работы: Снятие мерок плечевого и поясного изделий, запись результатов измерений.

### **Конструирование, моделирование швейных изделий (4 ч)**

Основные теоретические сведения: Расчетные формулы. Построение чертежей пижамного комплекта в натуральную величину по своим меркам на миллиметровой бумаге. Выбор модели и моделирование изделий. Виды отделки швейных изделий (вышивка, аппликация, тесьма, сочетание тканей по цвету и др.).

Практические работы: Построение чертежей в натуральную величину по своим меркам. Моделирование пижамного комплекта выбранного фасона.

### **Раскрой ткани (4 ч)**

Основные теоретические сведения: Подготовка ткани к раскрою (декатировка, выявление дефектов, определение направления долевой нити, лицевой и изнаночной стороны). Раскладка выкройки на ткани с учетом припусков на швы. Способы раскладки выкройки в зависимости от ширины ткани. Инструменты и приспособления для раскроя. Обмеловка. Раскрой ткани. Способы переноса контурных и контрольных линий выкройки на ткань.

Практические работы: Выполнение раскладки выкроек на ткани. Перенос контурных и контрольных линий выкройки на ткань.

### **Обработка деталей швейных изделий (5 ч)**

Основные теоретические сведения: Краевые и сметочные швы. Подготовка деталей кроя к обработке. Обработка деталей кроя.

Практические работы: Обработка деталей кроя.

### **Сборка изделий (2 ч)**

Основные теоретические сведения: Сборка изделия (скалывание, сметывание).

Практические работы: Скалывание и сметывание деталей кроя.

### **Проведение примерки, исправление дефектов (4 ч)**

Основные теоретические сведения: Проведение примерки, выявление и исправление дефектов.

Практические работы: Проведение примерки, исправление дефектов.

### **Стачивание деталей швейных изделий (6 ч)**

Основные теоретические сведения: Стачивание машинными швами и окончательная отделка изделия.

Практические работы: Стачивание деталей и выполнение отделочных работ.

### **Влажно-тепловая обработка изделий (2 ч)**

Основные теоретические сведения: Приемы влажно-тепловой обработки тканей из натуральных и химических волокон. Контроль качества готового изделия.

Практические работы: Влажно-тепловая обработка изделия. Определение качества готового изделия.

### **Выставка-ярмарка (2 ч)**

Основные теоретические сведения: Подведение итогов. Подготовка итоговой выставки-ярмарки работ учащихся. Организация и проведение выставки-ярмарки поделок учащихся. Награждение авторов наиболее интересных творческих работ.

Практические работы: Проведение выставки-ярмарки.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности;
- установки, нормы и правила научной организации умственного и физического труда;
- бережное отношение к природным и хозяйственным ресурсам.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- познавательных интересов и активности в данной области программы;
- желания учиться и трудиться в промышленном производстве для удовлетворения текущих и перспективных потребностей.

### **Метапредметные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- знания по поиску новых решений возникшей технической или организационной проблемы;
- опытность самостоятельной организации и выполнения различных творческих работ по созданию изделий;
- компетенции виртуального и натурального моделирования объектов и технологических процессов;
- грамотность отражения в устной или письменной форме результатов своей деятельности;
- навыки выбора для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;
- умение использования дополнительной информации при проектировании и создании объектов, имеющих личностную или общественно значимую потребительную стоимость.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- наличия стремления согласования и координации совместной познавательно-трудовой деятельности с другими её участниками;
- понимания своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам.

### **Предметные результаты**

Учащиеся научатся:

- в познавательной сфере:
  - оценивать технологические свойства сырья, материалов и областей их применения;
  - владеть способами научной организации труда, формами деятельности, соответствующими культуре труда;
- в трудовой сфере:
  - планировать технологический процесс и процесс труда;

- подбирать материалы с учетом характера объекта труда и технологии;
- соблюдать нормы и правила безопасности труда, пожарной безопасности, правила санитарии и гигиены;
- соблюдать трудовую и технологическую дисциплины;
- обосновать критерии и показатели качества промежуточных и конечных результатов труда;
- подбирать и применять инструменты, приборы и оборудование в технологических процессах с учетом областей их применения;
- рассчитывать себестоимость продукта труда;
- примерно экономически оценивать возможную прибыль с учетом сложившейся ситуации на рынке товаров и услуг;

- в мотивационной сфере:

- оценивать свою способность и готовность к труду;
- оценивать свою способность и готовность к предпринимательской деятельности;
- согласовывать свои потребности и требованиями других участников познавательно-трудовой деятельности;
- осознавать ответственность за качество результатов труда;
- определять важность экологической культуры при обосновании объекта труда и выполнении работ;
- стремиться к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов, денежных средств и труда;

- в эстетической сфере:

- дизайнерскому проектированию изделия или рациональной эстетической организации работ;
- моделированию художественного оформления объекта труда и оптимальному планированию работ;
- эстетическому и рациональному оснащению рабочего места с учетом требований эргономики и научной организации труда;

- в коммуникативной сфере:

- публичной презентации и защите изделия, продукта труда или услуги;
- разработке вариантов рекламных образов и лейблов;

- в физиолого-психологической сфере:

- развитию моторики и координации движений рук при работе с ручными инструментами и выполнении операций с помощью машин и механизмов;
- достижению необходимой точности движений при выполнении различных технологических операций;
- соблюдению требуемой величины усилия, прикладываемого к инструменту, с учетом технологических требований;
- сочетанию образного и логического мышления в процессе изготовления изделия.

Учащиеся получают возможность научиться:

- развивать воображение, образное мышление, интеллект, фантазию, сформировать познавательные интересы;
- новым технологическим приемам обработки различных материалов;
- использовать ранее изученные приемы в новых комбинациях и сочетаниях;
- работе с новыми инструментами для обработки материалов или с новыми функциями уже известных материалов;
- создавать полезные и практические изделия, осуществляя помощь своей семье;
- навыкам трудовой деятельности в коллективе: умение общаться со сверстниками, умение оказывать помощь другим, оценивать деятельность окружающих и свою собственную.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
5 КЛАСС**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма проведения занятий</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
<b>Раздел «Кулинария» (18 ч)</b>				
1	Вводное занятие	1	Вводное занятие	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
2	Национальная кухня разных народов	1	Рассказ, беседа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
3	Блюда русской национальной кухни	10	Рассказ, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
4	Блюда башкирской национальной кухни	6	Рассказ, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
<b>Раздел «Лоскутное шитьё» (16 ч)</b>				
1	Вводное занятие	1	Вводное занятие	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
2	Особенности лоскутного шитья	1	Объяснение, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
3	Шитьё из полос	12	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
4	Выставка-ярмарка	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
Общее количество часов по программе		34		

**6 КЛАСС**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма проведения занятий</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
<b>Раздел «Кулинария» (17 ч)</b>				
1	Вводное занятие	1	Вводное занятие	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
2	Блюда татарской национальной кухни	8	Рассказ, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
3	Блюда болгарской национальной кухни	8	Рассказ, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
<b>Раздел «Создание изделий из текстильных материалов» (17 ч)</b>				

1	Швейные изделия	1	Вводное занятие	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
2	Снятие мерок	1	Объяснение, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
3	Конструирование, моделирование швейных изделий	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
4	Раскрой ткани	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
5	Обработка деталей швейных изделий	3	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
6	Сборка изделий	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
7	Проведение примерки, исправление дефектов	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
8	Стачивание деталей швейных изделий	3	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
9	Влажно-тепловая обработка изделий	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
10	Выставка-ярмарка	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
Общее количество часов по программе		34		

## 7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел «Кулинария» (18 ч)				
1	Вводное занятие	1	Вводное занятие	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
2	Национальная кухня разных народов	1	Рассказ, беседа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
3	Блюда французской национальной кухни	8	Рассказ, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
4	Блюда американской	8	Рассказ, беседа,	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>



	национальной кухни		практическая работа	<a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
Раздел «Создание изделий из текстильных материалов» (16 ч)				
1	Швейные изделия	1	Вводное занятие	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
2	Снятие мерок	1	Объяснение, беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
3	Конструирование, моделирование швейных изделий	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
4	Раскрой ткани	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
5	Обработка деталей швейных изделий	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
6	Сборка изделий	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
7	Проведение примерки, исправление дефектов	2	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
8	Стачивание деталей швейных изделий	3	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
9	Влажно-тепловая обработка изделий	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
10	Выставка-ярмарка	1	Беседа, практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://globallab.org/ru/">https://globallab.org/ru/</a>
Общее количество часов по программе		34		