



# **ДОКУМЕНТЫ КРУЖКА**

*ПО ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ 6 КЛАССА*

*(ДЛЯ ДЕВУЧЕК)*

*ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № \_\_\_\_\_*

*ПРИ ОТДЕЛЕ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО*

*ОБРАЗОВАНИЯ \_\_\_\_\_*

*УПРАВЛЕНИИ ОТДЕЛЕ ДОШКОЛЬНОГО И*

*ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ*

---

---

*2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД*

## Информация о членах кружка

| <i>n/n</i> | <b>Имя фамилия</b> | <b>Год рождения</b> | <b>Класс</b> | <b>Адрес</b> | <b>Родители</b> | <b>Номер телефони</b> | <b>Прим.</b> |
|------------|--------------------|---------------------|--------------|--------------|-----------------|-----------------------|--------------|
| <i>1.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>2.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>3.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>4.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>5.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>6.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>7.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>8.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>9.</i>  |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>10.</i> |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>11.</i> |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>12.</i> |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>13.</i> |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>14.</i> |                    |                     |              |              |                 |                       |              |
| <i>15.</i> |                    |                     |              |              |                 |                       |              |

|            |  |  |  |  |  |  |  |
|------------|--|--|--|--|--|--|--|
| <i>16.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>17.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>18.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>19.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>20.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>21.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>22.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>23.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>24.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>25.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>26.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>27.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>28.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>29.</i> |  |  |  |  |  |  |  |
| <i>30.</i> |  |  |  |  |  |  |  |





«Утверждаю»  
Директор школы:

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

«Согласован»  
Зам директора школы:

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

**ПЛАН**

кружка « \_\_\_\_\_ » на 2024-2025 учебный год

| п/п | Темы  | часы | число | прим |
|-----|---|------|-------|------|
| 1.  | Рацион питания  | 1    |       |      |
| 2.  | Определение суточного рациона подростка   | 1    |       |      |
| 3.  | Правила техники безопасности  | 1    |       |      |
| 4.  | Правильное использование кухонной утвари  | 1    |       |      |
| 5.  | Сервировка стола  | 1    |       |      |
| 6.  | Правила сервировки обеденного стола   | 1    |       |      |
| 7.  | Виды молока и молочных продуктов, требования к качеству, хранению и срокам годности | 1    |       |      |
| 8.  | Молочные продукты   | 1    |       |      |
| 9.  | Приготовление рисовой каши на молоке и подача блюда на стол                         | 1    |       |      |
| 10. | Мука и зерновые продукты  | 1    |       |      |
| 11. | Пищевая ценность  | 1    |       |      |
| 12. | Определение качества и порядок хранения   | 1    |       |      |
| 13. | Макаронные изделия  | 1    |       |      |
| 14. | Приготовление слоёной лепёшки   | 1    |       |      |
| 15. | Приготовление национальных блюд   | 1    |       |      |
| 16. | Готовим макароны  | 1    |       |      |
| 17. | Что такое диета   | 1    |       |      |
| 18. | Приготовление диетического блюда  | 1    |       |      |
| 19. | Скатерть, виды салфеток-полотенец, их использование, хранение и стирка              | 1    |       |      |
| 20. | Способы складывания салфеток  | 1    |       |      |
| 21. | Производство шерстяных и шелковых тканей  | 1    |       |      |
| 22. | Свойства шерстяных и шелковых волокон   | 1    |       |      |
| 23. | Определение свойств шерстяных и шелковых тканей                                     | 1    |       |      |
| 24. | Виды ткацких переплетений   | 1    |       |      |
| 25. | Практика вязания сатина и атласа  | 1    |       |      |
| 26. | Общие сведения о фурнитуре  | 1    |       |      |
| 27. | Закрепление   | 1    |       |      |
| 28. | Инструкционная карта. Пришивание фурнитуры на одежду                                | 1    |       |      |
| 29. | Пришивание крючков и петель   | 1    |       |      |
| 30. | Игла швейной машины   | 1    |       |      |

|     |  |   |  |  |
|-----|--|---|--|--|
| 31. | Использование в швейной машине средств малой механизации | 1 |  |  |
| 32. | Мелкий ремонт швейной машины                             | 1 |  |  |
| 33. | Дефекты в машинной строчке и их устранение               | 1 |  |  |
| 34. | Подготовка к работе швейной машины с ножным приводом     | 1 |  |  |
| 35. | Выполнение машинных строчек                              | 1 |  |  |
| 36. | Машинные работы  | 1 |  |  |
| 37. | Виды поясных изделий                                     | 1 |  |  |
| 38. | Юбки   | 1 |  |  |
| 39. | Снятие мерок   | 1 |  |  |
| 40. | Построение чертежа основы прямой юбки.                   | 1 |  |  |
| 41. | Выполнить эскизы моделей юбки                            | 1 |  |  |
| 42. | Построение чертежа конической юбки                       | 1 |  |  |
| 43. | Техническое моделирование                                | 1 |  |  |
| 44. | Изготовление выкройки, раскладка на ткани и раскрой юбки | 1 |  |  |
| 45. | Подготовка ткани к шитью                                 | 1 |  |  |
| 46. | Подготовка юбки к примерке                               | 1 |  |  |
| 47. | Обработка застежки тесьмой-молнией                       | 1 |  |  |
| 48. | Обработка верхнего и нижнего срезов юбки                 | 1 |  |  |
| 49. | Золотошвейное искусство                                  | 1 |  |  |
| 50. | Инструменты и приспособления для золотого шитья          | 1 |  |  |
| 51. | Напёрстки  | 1 |  |  |
| 52. | Ножницы для золотошвейных работ                          | 1 |  |  |
| 53. | Перевод рисунка на картон и вырезание узора              | 1 |  |  |
| 54. | Наматывание золотой нити                                 | 1 |  |  |
| 55. | Вспомогательные ткани                                    | 1 |  |  |
| 56. | Запяливание ткани  | 1 |  |  |
| 57. | Виды и техника золотого шитья                            | 1 |  |  |
| 58. | Техника вышивания «гульдузи»                             | 1 |  |  |
| 59. | Изготовление грелки для чайника с золотым узором         | 1 |  |  |
| 60. | Бисер. Сырье и оборудование для бисероплетения           | 1 |  |  |
| 61. | Бисероплетение.  | 1 |  |  |
| 62. | Виды сумок   | 1 |  |  |
| 63. | Подготовка выкройки, выбор ткани и ниток, раскрой ткани  | 1 |  |  |
| 64. | Вышивание орнамента бисером                              | 1 |  |  |
| 65. | Виды декоративной отделки ткани                          | 1 |  |  |
| 66. | Перевод рисунка на ткань                                 | 1 |  |  |
| 67. | Плата Arduino и её возможности                           | 1 |  |  |
| 68. | Микроконтроллер  | 1 |  |  |

Дата: “\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_ год. Классы: \_\_\_\_\_. Руководитель кружка: \_\_\_\_\_

**Тема:** Рацион питания

**Цель кружка:**

- формирование творческих способностей учащихся посредством расширения общекультурного кругозора и создание условий для творческой самореализации личности учащихся.

**Задачи:**

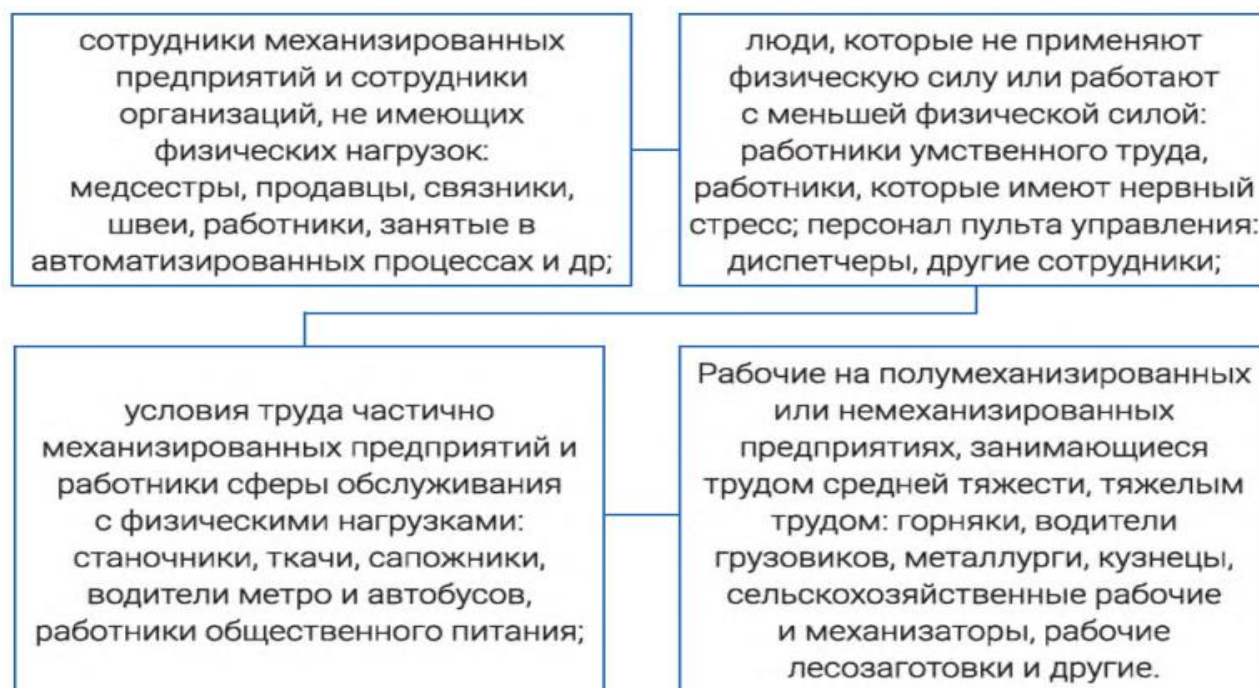
**Обучающие:** формировать интерес к декоративно-прикладному творчеству, развивать индивидуальные возможности учащихся.

**Воспитательные:** воспитывать уважение к труду.

**Развивающие:** развивать личностное самообразование, активность, самостоятельность, содействовать формированию всесторонне развитой личности. создавать условия для социального, профессионального самоопределения обучающихся.

**Дидактический материал:** Учебник, раздаточный материал, методическое руководство, презентация

Питание - это процесс, с помощью которого организм усваивает питательные вещества, необходимые для функционирования и сохранения здоровья. Когда человек придерживается здорового питания, у него больше шансов сохранить здоровье, организм легче справляется с болезнями. В процессе приёма пищи в организм поступают необходимые питательные вещества (белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли). В процессе усвоения пищи удовлетворяются потребности организма в энергии. Высвобождаемая энергия при освоении продукта организмом, является калорийностью этого продукта. Чтобы правильно составить рацион с учетом характера работы, диетологи делят людей на 4 группы:



**Домашнее задание:** Повторение

Зам директора школы \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_ 20\_\_ год



Дата: “ \_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ год. Классы: \_\_\_\_\_. Руководитель кружка: \_\_\_\_\_

**Тема:** Определение суточного рациона подростка

**Цель кружка:**

- формирование творческих способностей учащихся посредством расширения общекультурного кругозора и создание условий для творческой самореализации личности учащихся.

**Задачи:**

**Обучающие:** формировать интерес к декоративно-прикладному творчеству, развивать индивидуальные возможности учащихся.

**Воспитательные:** воспитывать уважение к труду.

**Развивающие:** развивать личностное самообразование, активность, самостоятельность, содействовать формированию всесторонне развитой личности. создавать условия для социального, профессионального самоопределения обучающихся.


**Дидактический материал:** Учебник, раздаточный материал, методическое руководство, презентация

Еда должна поддерживать правильное развитие и функционирование организма. Для этого количество и качество диеты должны соответствовать потребностям человека по роду занятий, возрасту, полу. Нездоровое питание может привести к следующим проблемам: головокружению, повышенной утомляемостью, снижению иммунитета, заболеванию суставов, ломкости костей, потеря веса или ожирение и так далее. Прием пищи должен быть четырехразовым:

- 1) завтрак - 25%;
- 2) обед - 35-40%;
- 3) полдник - 15%;
- 4) ужин - 20-25% суточной потребности в питании.

**Самостоятельная практическая работа:**

В таблице указаны продукты, полезные и вредные для здоровья в рационе человека. Отметьте полезные и вредные продукты. Посоветуйтесь со своим учителем, насколько правильно вы выполнили задание.

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  |  |  |
|   |   |   |   |   |   |
|  |  |  |  |  |  |
|   |   |   |   |   |   |

**Домашнее задание:** Ответьте на вопросы

Зам директора школы \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_ 20\_\_ год

Дата: “\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_ год. Классы: \_\_\_\_\_. Руководитель кружка: \_\_\_\_\_

**Тема:** Правила техники безопасности

**Цель кружка:**

- формирование творческих способностей учащихся посредством расширения общекультурного кругозора и создание условий для творческой самореализации личности учащихся.

**Задачи:**

**Обучающие:** формировать интерес к декоративно-прикладному творчеству, развивать индивидуальные возможности учащихся.

**Воспитательные:** воспитывать уважение к труду.

**Развивающие:** развивать личностное самообразование, активность, самостоятельность, содействовать формированию всесторонне развитой личности. создавать условия для социального, профессионального самоопределения обучающихся.

**Дидактический материал:** Учебник, раздаточный материал, методическое руководство, презентация

Для теоретических и практических занятий рекомендуется выделить отдельную кухню. Класс должен быть хорошо освещен и оборудован специальной вентиляцией для удаления запахов и паров. Стены должны быть облицованы плиткой и оборудованы отдельными чашами для мытья рук и кухонной утвари. Должна быть мебель для хранения кухонной утвари, столы для обработки продуктов и украшения приготовленной пищи, а также должны быть установлены электроплиты и печи для термообработки продуктов в соответствии с правилами пожарной и электробезопасности.



Блюда готовятся в специальном помещении – на кухне. Она должна быть хорошо освещена и оборудована специальным вентилятором для удаления запахов и паров.



Необходимо следить за порядком и чистотой в помещении, содержать в чистоте посуду в шкафах или на полках, складывать пищевые отходы в контейнер со специальной крышкой.



Посуду моют в горячей воде с помощью соответствующих приспособлений, добавляя немного пищевой соды, мыла и других моющих средств. Применение таких средств способствуют качественному мытью посуды.

**Домашнее задание:** Повторение

Зам директора школы \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_ 20\_\_ год

**веб-сайтимиз: [Zokirjon.com](http://Zokirjon.com)**

***Zokirjon.com* веб-сайти орқали ўзингиз учун керакли маълумотларни юклаб олинг.**

***Зокиржон Админ билан***

***90-834-22-66* номердаги телеграм орқали боғланишингиз *пза234* излаб телеграмдан ёзишингиз сўралади.**

***Телеграмда мурожаатингизга ўз вақтида жавоб берилади***

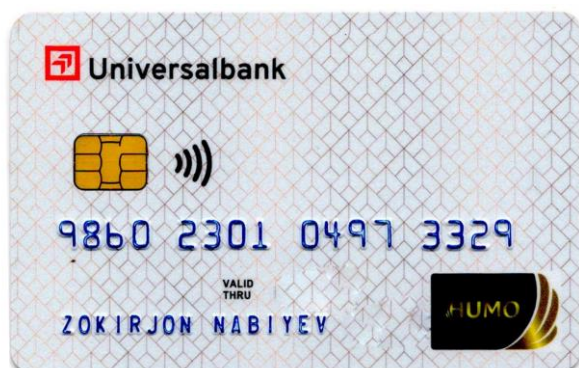
***75* листдан иборат қиз болалар учун *технология 6* класс *68* часов кружокни тўлиқ ҳолда олиш учун телеграмдан ёзинг.**

**Телеграм каналимиз:**

**[@maktablar\\_uchun\\_hujjatlar](https://t.me/maktablar_uchun_hujjatlar)**

**Тўлов учун: ХУМО 9860230104973329**

**Пластик эгаси Набиев Зокиржон**



## **ДИҚҚАТ!!!**

Бу ҳужжатни ҳеч кимга тарқатмаслик шарти билан олишингиз мумкин.  
Сизга бу **ОМОНАТ** қилиб берилади.  
Тўлиқ ҳолда олганингиздан сўнг:  
Фақат ўзингиз учун фойдаланинг.  
Ҳеч кимга берманг хаттоки энг яқин инсонингизга ҳам.  
Интернет веб-сайтларга жойламанг.  
Телеграм орқали канал ва группаларга тарқатманг.  
**ОМОНАТГА ҲИЁНАТ ҚИЛМАНГ.**