**Кулинарный урок. Из опыта работы учителя Глущенко Л.Ф.**

План

1.Приветствие - 5 минут

2. Зачисление в школу поварского искусства- «Поварская викторина»- 5 минуты

3. Вспоминаем 5 правил правильного питания –просмотр мультфильма – 5 минут

6. Работа в группах с кругом правильного питания -15 минут

7. Кулинарный глобус: вопросы-загадки из разных стран- 5 минут

8.Приготовление десерта-20минут

*Перед началом мероприятия дети делятся на команды по 4-5 человек.*

1. Приветствие

Ведущий -Добрый день, дорогие ребята,! Сегодня у нас будет проходить необычный урок правильного питания. Необычный он по многим причинам. Ну, во-первых, проходит он сегодня сразу в школах 77 стран мира. И в Японии, и во Франции, и в Индии, и в Бразилии. А во вторых – введут эти уроки не только учителя, но и повара. Да-да, ведь сегодня во всем мире отмечается День Шефа. Шефом называют повара высшего класса, способного не только очень вкусно готовить по уже готовым рецептам, но и придумывать новые, необычные и очень вкусные блюда.

И сегодня в нашем мероприятии тоже будет участвовать такой необычный учитель- шеф. Давайте с ним познакомимся.

(представление Шеф-повара)

1. Зачисление в школу кулинарного искусства

**Шеф-повар** – ну что же, пора начинать урок. Сегодня каждому из вас предстоит выступить в роли Шефа и приготовить вкусное блюдо.

А для этого каждый из вас должен сдать небольшой экзамен, чтобы проверить свои знания о поварском искусстве.

*Проводится викторина . На экран выводятся вопросы с вариантами ответов. Та команда, которая готова отвечать, поднимает руку.*

Викторина.

1.Приготовление блюд- это настоящее искусство. Это уже знали древние греки. Поэтому среди греческих богов, населяющих Олимп, была и богиня-покровительница поваров. Как ее звали? (*правильный ответ выделен*)

- **Кулина**

- Кулинара

- Кухина

2.Один из самых древних рецептов, найденных в Древнем Египте более 5000 лет до н.э. содержит описание приготовления этого блюда

- **запеченной рыбы**

- жареного мяса

- фруктов в меду

3.Он был не только знаменитым писателем, написавшим замечательный роман о приключениях мушкетеров, но и знаменитым кулинаром, составившим превосходный Кулинарный словарь, который с удовольствием читают и современные читатели

**-А.Дюма**

-О.Бальзак

-В.Гюго

4.Как называют повара, работающего на судах

- морской волк

- **кок**

- рыбных дел мастер.

5.Имя этого знаменитого французского повара, работавшего в Москве во второй половине 19 века знают все. Ведь именно он придумал самый популярный в России салат, который в других странах часто называют «русским». Его имя

- **Люсьен Оливье**

- Цезарь Кардини

- Жульен Строт

6.Повара используют при приготовлении пищи разные приправы – ваниль, перец, кардамон и т.д. А что считал лучшей приправой к пище философ Сократ, который, кстати, очень ценил вкусную еду

- лавровый лист

- **голод**

- чеснок

**Шеф.** ну что же, похоже, что все команды успешно сдали вступительный экзамен в нашу поварскую академию. И мы приступаем к обучению.

1. 5 правил правильного питания

**Шеф** Ну что же, теперь мы приступаем к уроку.

Как вы думаете, что должен знать и уметь настоящий повар?

*(дети отвечают)*

У Вы все правильно назвали. Но настоящий повар должен также хорошо знать- чем полезна та или иная еда для организма человека, как нужно питаться.

Давайте вспомним правила правильного питания

*(дети отвечают)*

**Шеф**. Итак, давайте повторим.

Правильное питание – это питание:

-регулярное (есть нужно 4-5 раз в день, в определенное время)

- разнообразное (каждому из нас нужны овощи и фрукты, мясо и рыба, молоко и молочные продукты, хлеб и каши)

- адекватное- количество энергии, которое мы получаем с пищей должно соответствовать энергии, которую мы тратим

-безопасное- не забывайте мыть руки перед едой и с осторожностью пробуйте какие-то неизвестные вам виды продуктов

- и еще- еда должна доставлять удовольствие- ешьте за красиво накрытым столом, соблюдайте правила этикета и учитесь сами готовить вкусно!

Работа с кругом правильного питания

**Шеф.** А сейчас новое задание.

Посмотрите – у меня на экране круг с разными цветными секторами. У каждой команды такие же круги лежат на столах. Каждая команда за 5 минут должна заполнить эти сектора – вписав туда названия полезных продуктов соответствующего цвета. Задача команды – вспомнить как можно больше таких продуктов.

(*выполнение задания в командах. За каждый правильно вписанный продукт дается очко. Подсчитывается количество очков, набранных командой).*

4. Кулинарный глобус

**Шеф.** Из этих продуктов можно приготовить разные блюда. Давайте совершим небольшое кулинарное путешествие и постараемся отгадать,что это за блюда.Полезны они или нет.Можно ли есть каждый день?

1. *Мастер-класс.*

*Учитель демонстрирует приготовление фруктового салата. Дети – участники могут готовить салат в классе вместе с учителем.*

*Если для приготовления фруктового салата нет условий, то педагог может раздать детям рецепт этого блюда и порекомендовать приготовить его дома с родителями.*