**КОНСПЕКТ**

урока социально-бытовой ориентировки

**ТЕМА: «Способы заваривания чая»**

**«Чай пить – здоровым быть»**

5 класс

Учитель: Бажина Елена Николаевна

Цель: познакомить учащихся различными способами приготовления чая, с историей появления чая на Руси.

Задачи:

* дать представление о различных видах и способах заваривания чая;
* познакомить с историей появления чая;
* способствовать развитию внимания, памяти, любознательности;
* формировать умение работать в соответствии с планом урока;
* расширять знания учащихся по географии, истории, кулинарии:
* формировать мотивацию здорового образа жизни.

Оборудование:

Чайный стол, различные сорта чая, вазы для варенья и конфет, салфетки, сервизы, ложки, тарелки, полотенца, фартуки, мыло, сода. Стенды «Все о чае», таблицы пословиц о чае, по технике безопасности, географическая карта, карточки для словарной работы, кроссворд. Магнитофон.Мультимедиапроектор.

Продукты: сахар, конфеты, варенье, лимон, печенье, пряники, баранки, чай, травы, плоды.

Ход урока:

(Звучит мелодия «У самовара я и моя Маша»)

- Здравствуйте, люди добрые! Милости просим, заходите, гости дорогие к нам на чай!

**I. Организация начала урока**

Дорогие ребята, сегодня на занятие к нам пришли гости. У нас хорошее настроение. Надеюсь, что вы будете внимательны, активны и на уроке мы узнаем много интересного.

**II. Актуализация знаний учащихся**

* Вспомним, какую тему мы сейчас проходим? (Питание)
* С какими продуктами мы познакомились?
* Что научились готовить из них?

Используя эти продукты, мы уже умеем готовить самые простые блюда для себя и своих родственников и друзей.

А сегодня мы начнем учиться готовить напитки. И первый из них – чай.

**III. Сообщение темы урока**

* Скажите, ребята, чем мы заканчиваем прием пищи: завтрак, обед, ужин? (Напитками)
* Какие напитки мы готовим? (Чай, кофе, какао, кисель, компот, сок)
* А что чаще всего подают на третье? (Чай)
* А почему в России так любят чай, чем он полезен, нам и предстоит узнать на уроке сегодня. Мы проверим, справедлива ли пословица: «Чай пить – здоровым быть».

Я предлагаю такой **план урока**. (Слайд 1)

1. Влияние чая на организм человека
2. История открытия чая
3. Виды чая
4. Правила заваривания чая

**IV. Изучение нового материала**

Из всех напитков, которые мы перечислили, самый любимый напиток – чай. Как вы думаете, почему? (он вкусный, полезный, душистый и кроме того недорогой).

А в каких случаях мы пьем чай? Чтобы утолить жажду, согреться, взбодриться. Недаром говорит пословица: «Устал – спроси чаю, жарко – выпей чай, хочешь согреться – пей чай».

А какие еще пословицы посвящены чаю?

Давайте их зачитаем и постараемся объяснить их значение.

* Чай пьешь – до ста лет проживешь
* Чай пить – здоровым быть
* Чай не пьешь – откуда силу возьмешь
* Выпей чайку – позабудешь тоску
* Пей чай, не вдавайся в печаль

Эти народные изречения еще раз подтверждают, что чай ценится не только за вкус, но и за целебные свойства.

В японском лечебнике говорится:»Чай - это не только напиток бодрости, но и лечебный напиток». Он очищает кровь, регулирует работу печени, успокаивает нервную систему, улучшает работу головного мозга, снимает усталость и сонливость. Именно эти качества прославили чай как лучший напиток для моряков, путешественников, охотников и является обязательным напитком в армии.

Широко используется чай и как « чистильщик организма» в народной медицине. Он выводит из организма вредные вещества. Чай с молоком, сладкий, горячий применяют как противоядие при отравлениях. Заваркой промывают глаза, если они гноятся.

Чай считается напитком дипломатов, переговоры проходят за чашечкой чая, в спокойной, миролюбивой обстановке.

И так, мы подводим итог 1-ого пункта нашего плана –

**Чай благотворно влияет на кровь, печень, почки, головой мозг, нервную систему. Снимает вялость, усталость.**

А по телевидению чаще других напитков рекламируют пиво. Оно тоже утоляет жажду, бодрит. Может быть, оно тоже полезно для вас? – Нет, пиво вредит почкам, печени, развивает алкоголизм.

Откуда же появился, из какой страны пришел к нам чай? – Из Китая.

Об этом - рассказы наших ребят.

1. Однажды, 5 тысяч лет назад, китайский император отдыхал в лесу. Он приказал согреть ему воду для питья. Неожиданно поднялся ветер, и в чашку попало несколько чайных листиков. Император почувствовал себя бодрее. Так зародился обычай пить чай.
2. Есть еще одна легенда о китайских пастухах, овцы которых начинали резвиться, легко взбирались на крутые горы после того, как попробовали чайных листьев. Пастухи стали заваривать листики и пить напиток, тоже почувствовали себя бодрыми и здоровыми
3. Сначала чай рос только в Китае. Для китайского императора чайные листья собирали только девушки до 16 лет. Секрет его тщательно охраняли. Чай стал заменой денег. А чиновники облагали народ налогом, он назывался «чаевые».
4. Но с развитием торговли, англичанам удалось раскрыть секрет чая. Европейцы начали выращивать его в своих колониях: В Индии, на Цейлоне. (Показ на карте мира).

А сколько же лет пьют чай на Руси? Давайте прибегнем к помощи вычисления. В России чай появился в 1638 году. Его прислал в дар царю Михаилу Федоровичу монгольский хан Алтан. Давайте сосчитаем, сколько лет чаю на Руси. 2010-1638=372 года.

А в чем готовили чай? – На Руси готовили **чай в самоваре**. Его изобрели в Туле в 1679 году, а уже в 19 веке самовары выпускали 80 фабрик.

Чай и самовар – признаки русского чаепития. О нем – наши частушки.

На столе у нас пирог,

Пышки и ватрушки.

Так споем же под чаек

Чайные частушки

Самовар блестит, кипит,

Чай в нем так и пенится.

Поглядите на себя,

Есть в нем отраженьице.

На столе лежат баранки

Самовар уже кипит.

Свежий чай в сухой жестянке

Словно гвоздики звенит.

Только чаю напилась,

Щеки раскраснелися.

Все мальчишки на меня

Так и засмотрелися.

Мы частушки вам пропели

Хорошо ли плохо ли

А теперь мы вас попросим,

Чтобы вы похлопали.

**Физкультминутка**. А теперь под звуки частушек – динамическая пауза. (Движения имитируют народные танцы).Гимнастика дл глаз.

В нашей стране выращивается чай в Краснодарском крае, в соседних Грузии и Азербайджане. (Показ на карте).

Второй вопрос нашего плана мы разобрали.

**А какой 3-ий вопрос мы должны осветить**? – Сорта чая.

Посмотрите на наш чайный стол. На блюдцах лежат разные виды чая. Какие они по цвету? - **Черный и зеленый**.

Покажите зеленый чай. Что вы о нем знаете?

- На Востоке его пьют в жаркую погоду, он лучше черного утоляет жажду. Он более полезен, но менее распространен. Зеленый чай улучшает зрение, снимает головную боль.

Чай бывает **крупнолистовой и мелколистовой**. Покажите их образцы на блюдцах. Чем они отличаются?

Крупнолистовой чай собирают вручную. Лист крупный, завернутый в трубочку. Он требует длительного заваривания.

Мелколистовой чай - это частички листа, он заваривается быстрее, но менее ароматный, чем крупнолистовой.

**Гранулированный** чай напоминает шарики.

У каждого чая есть свое имя – название марки. Назовите их.(Дилмах, Принцесса Нури, Граф Грей, Бодрость, Липтон)

Существует чай высшего и 1-ого **сортов.**

Даже когда вы выбрали хороший чай, чтоб он оставался вкусным и ароматным, нужно правильно его **хранить.** Лучше сохраняются свойства чая в сухом месте, в фарфоровых, стеклянных чайницах, банках.

Чтобы раскрыть **4-ий пункт нашего плана,** мы должны вспомнить правила заваривания чая. Посмотрите на этот список, здесь перепутана **последовательность действий при заваривании**. Составьте правильный план.

(Обучающиеся переставляют пункты плана, зачитывают его).

Вот теперь вы самостоятельно можете заварить чай, предварительно вспомнив о правилах техники безопасности.

Но прежде подойдем к нашему чайному столу и посмотрим, что нам необходимо для заваривания чая. (Учащиеся называют все необходимое).

Но в старину на Руси чай был дорог и недоступен каждому. Чем же заменяли простые люди чай? Особо душистыми травами и плодами. Травяной чай не только душист и вкусен, он еще и полезен, целебен, богат витаминами.

Какие вы знаете плоды и ягоды, пригодные для чая?

(Названия прикрепляются на доске)

* Мята – успокаивает нервную систему, помогает уснуть человеку.
* В листьях смородины витамина «С» больше, чем в ягодах.
* Иван-чай так и называется, потому что его заваривали и пили вместо чая, он бодрит, душист, красив на вид.
* Широко известен витаминный чай с шиповником, лимонником, их пьют во время болезней, такой чай восстанавливает силы и борется с простудой.
* Липовый, ромашковый, чай из зверобоя и многие другие с успехом заменяют чай.

Мы сегодня попробуем несколько из них.

**V**. **Первичное закрепление материала.**

А пока кипит вода, чистая, фильтрованная или отстоявшаяся в течении суток, мы отгадаем кроссворд и закрепим то, что узнали о чае.

(Дети разгадывают кроссворд). Слайд

**VI.Итоги урока**

Сегодня мы узнали много интересного о чае, а на следующем уроке практически будем применять знания и перейдем к самому приятному моменту – чаепитию по-русски с баранками и сладостями, сахаром, конфетами и пирогами.