

«Юный кулинар»

Ресурсы. Техническое оснащение: мультимедиапроектор, экран, ПК, классная доска, наглядно-демонстрационный материал. Презентация в программе PowerPoint.

Индивидуальные карточки-задания.

Ход игры

Представление команд.

Объявление правил игры. За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

Проведение игры

Подведение итогов. Выявление лучшего игрока команды.

Содержание игры.

«Мы живём не для того, чтобы есть, а едим для того чтобы жить»

Сократ.

Всем хочется быть здоровыми и счастливыми, а для этого надо знать правила здорового питания

Правила здорового питания.

1 Правило. Соблюдай режим питания.

1. Задание: «Анаграмма»

КАРТВАЗ ДЕБО КИНДЛОП НИЖУ

2 Правило. Всегда мой.....(руки перед едой с мылом)

3 Правило. Питайся разнообразно:

2 задание :Б....., Ж....., У....., В....., МИН..... В, В...

4 правило . Тщательно пережевывай пищу / и не передай . выходи со стола слегка г.....

5 Правило. После еды тщательно прополощи рот или.....

Вот такие правила надо соблюдать, чтобы быть здоровыми.

Знай здоровую и полезную пищу. (за 1 минуту посчитать)

3 задание: Отдели полезные продукты от вредных.

Хлеб, крупа, картофель, макароны, рыба, торт, кока-кола, творог, молоко, йогурт, сыр, сахар, чипсы, яйца, газировка, конфеты, фрукты, овощи, вода, жевательная резинка, кальмары, мясо, копченая колбаса, грибы, кириешки, шаурма. (16 п. 10 в.)

4 задание: Определи происхождение крупы. Найди соответствие, например: **гречиха – гречневая крупа.**

овёс	Перловая крупа
ячмень	Ячневая крупа
просо	Овсяная крупа
пшеница	Манная
рис	Геркулес
	Пшено
	Рисовая крупа

Пословицы о хлебе.

5 задание: Найти продолжение пословицы. Составь соответствие

Хочешь есть калачи-	Хлеб в закромах
Хлеб без труда...	Не сиди на печи
Плох обед,	Если хлеба нет
Кто пахал, не ленился,	У того хлеб и родился
Снег на полях-	Не родится никогда

6 задание: Вкусная викторина.

По 2 вопроса команде. Команда выбирает номер вопроса.

- 1.Какой овощ является средством от семи недугов? (Лук)
- 2.Что, кроме хлеба, может служить основой для бутерброда? (Галеты, крекер, хлебцы.)
- 3.Какой сок получают без помощи соковыжималки? (Березовый.)
- 4.Какой овощ является главным героем одной из сказок Джанни Родари? (Лук. Сказка «Чипполино».)
- 5.Сколько яиц можно съесть натощак? (Только одно.)
- 6.Что служит «топливом» для Карлсона, который живет на крыше? (Варенье, печенье, конфеты — сладости.)
- 7.С помощью какого овоща в сказке определили, настоящая принцесса или нет?(С помощью гороха.)
- 8.Какое русское блюдо является символом одного из небесных светил? (Блины; они символизируют солнце.)

9. Кто изобрел закрытый бутерброд? (Англичанин сэр Сэндвич. Он не мог оторваться от любимого занятия даже для того, чтобы поужинать, поэтому придумал, чтобы не пачкать рук, соединить между собой два ломтя хлеба, намазанные маслом. Такой бутерброд и стали называть по его имени — сэндвич (сандвич).

10. Назовите автора и сказку, в которой овощ (какой?) превратился в средство движения? (Шарль Перро, «Золушка», тыква)

11. Из какого злакового растения выращивают крупу «геркулес»? (Из овса.)

12. Какое сладкое блюдо носит название жилища насекомых? (Торт «Муравей»)

13. Какую начинку используют при производстве «Баунти»? (Кокосовый орех.)

7 задание. Сервировка стола к завтраку..

Складывание салфетки

8 задание: Частушки. Команда исполняет по 2 частушки.

1. Ты заполни с юных лет,
Что вещают предки:
Нет обеда, если нет
На столе салфетки.

2. И красиво не забудь
Разложить приборы
А не то про нас пойдут
Слух и разговоры.

3. Кушай овощи, дружок,
Будешь ты здоровым,
Ешь морковку и чеснок,
К жизни будь готовым!

4. Если есть не будешь лук,
То болезни схватишь, друг,
А не будешь есть чеснок,
То простуда свалит с ног.

5. Вы не пейте газировку,
Ведь она вам вред несёт,
А попейте лучше квас –
Он вкусней во много раз.

6. Надя ела кириешки
И солёные орешки,
Заболел её живот,
Лучше бы съела кашу. Вот!

7. Повлияет каждый стресс
На учебный наш процесс,
А здоровое питание-
Облегчает понимание.

8. На уроке мы учились,

Получали знание.
А потом бегом в столовку,
Получать питание.

9. На столе у нас пирог.
Пышки и ватрушки.
Так spoём же под чаёк
Чайные частушки.

10. Мы частушки вам пропели,
Хорошо ли плохо ли,
А теперь мы вас попросим,
Чтобы вы похлопали.

Награждение.

По итогам игры грамотами награждаются лучшие команды и игроки команд.