**Методическая разработка внеклассного мероприятия по реализации программы «Разговор о правильном питании»**

***Тема:*** **«Кулинарный ринг»**

***Разработка предназначена:*** для обучающихся

***Цель мероприятия:***

Формировать представления о важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья, необходимости употребления в пищу овощей, фруктов и других полезных продуктов.

***Задачи мероприятия:***

* Развивать умение разнообразно и вкусно готовить;
* Повышать интерес обучающихся к кулинарии;
* Способствовать социализации и адаптации обучающихся к самостоятельной жизни;
* Создать условия в групповом коллективе для проявления и развития реальных и потенциальных возможностей учащихся, реализации социально ценных и личностно значимых интересов и потребностей обучающихся;
* Воспитывать коллективизм, чувство ответственности, уважение друг к другу.

***Предварительная работа:***

* объединение учащихся в команды, выбраны названия команды, презентация блюда в творческой форме;
* подготовлено творческое задание по теме «Полезное питание» (инсценировка литературного произведения);
* проведено заседание классного родительского комитета по вопросу награждения команд, выбор жюри, организация и проведение мероприятия;
* жеребьевка очередности выступления.

***Оборудование:***

* презентация мероприятия;
* раздаточный материал с заданиями для групповой работы;
* сервировка стола для дегустации блюд.

**Ожидаемые результаты:**

**для учащихся**

* приращение знаний учащихся о правилах полезного питания через выполнения практических заданий, на основе исполнения ролей сказочных персонажей, презентации блюда;
* обогащение социального опыта;

**для мастера п/о**

* повышениеуровня профессионализма в освоении технологии проектирования воспитательного занятия;
* мотивация для повышения педагогического мастерства;
* использование педагогических технологий и их элементов в образовательном процессе.

**Ход мероприятия**

**Мастер п/о:**Добрый день. Мы рады приветствовать Вас

Мы с нетерпением ждали этот день – и вот он наступил.

  Сегодня у нас необычный праздник!

Сегодня у нас -  Самый настоящий КУЛИНАРНЫЙ РИНГ!

Вам предстоит помериться силами

мастерства в кулинарном искусстве.

Поединок кулинарный, Мера сил и мастерства. Но акцент один есть главный – У нас ***здоровая еда***

**обучающиеся:**

1. Вот капуста, огурец, помидор и перец есть. Яблоко есть и лимон. В блюдах пригодится он.

2. Все продукты, вот ножи. Вот и ручки хороши.

Приготовят вас сейчас,  Блюда просто высший класс.

3. Вы ребята не ленитесь, И на славу потрудитесь. Вам команду представлять, Все о блюдах рассказать.

**Мастер п/о:**Давайте представим, что вы представители своего самого замечательного ресторана и вам предстоит творчески презентовать свое блюдо.

Сегодня борьбу команд оценивает компетентное жюри:

Поприветствуем жюри и попросим их сегодня не судить слишком строго!

Наше жюри будут дегустировать блюда и поставят оценки по следующим критериям:

Команда

Ф.И. участников

Название блюда

Внешний вид блюда

Презентация, рецепт

Полезная пища

Дегустация

Общее кол-во баллов

Одно из блюд оценят зрители- **Приз зрительских симпатий.**

А у всех присутствующих ребят будет возможность, отвечая на вопросы, блеснуть знаниями по кулинарии.

Итак, начинаем!

На сцену выходят овощи.

1.Морковь. Главный овощ я – морковка!

                  В ротик прыгаю я ловко.

                  Содержу я витамин –

                  Очень нужный каротин.

2.Чеснок. Не хвались ты каротином

               Я от гриппа и ангины

               От простуды, разной хвори

               Съешь меня – не будет боли!

3.Свекла. Чесноку не верьте, дати!

               Самый горький он на свете.

                Я свекла – ну просто диво,

                Так румяна, так красива!

                Будешь свеклою питаться,

                Кровь вся будет очищаться!

4.Морковь. (Презрительно)

                 Очищается вся кровь?

                 Главный овощ я – морковь!

                 Вот и огурец поспел

                 К нам он кое как успел!

5.Огурец. Что? Огурчик вам не нужен?

                Без него, ну что за ужин?

                И в рассольник, и в салат,

                Огуречку каждый рад!

6.Капуста. Я – капуста, всех толщей!

                 Без меня не будет щей.

                 Борщ, салат и винегрет

                 Любят кушать на обед.

                 И при том учтите, дети,

                 Главный овощ я в диете.

7.Помидор. Вы кончайте глупый спор,

                  Всех главнее – помидор.

                  Раскрасавец, хоть куда,

                  Я не овощ – я звезда!

8.Поваренок: Чтоб здоровым, сильным быть,

Нужно  овощи любить

Все без исключения,

В этом нет сомнения.

**Мастер п/о:**Критерий «Здоровая пища» вошел в оценку блюда, не забудьте сказать, чем ваше блюдо полезно!

Итак, приглашаем**первую команду**на конкурс «Кулинарный ринг»:

*Презентация блюда команды*

**Ведущий: Викторина «Сказочные блюда»: слайды**

Какое блюдо ел Балда из сказки А. С. Пушкина? (Полбу.)

Любимое лакомство медвежонка Винни - Пуха. (Мед.)

Сколько человек скушал Робин Бобин Барабек? (40.)

Что больше всего любил есть Карлсон? (Сладости: конфеты, варенье, торты.)

Назовите сказки, в названиях которых есть слово каша. («Каша из топора», «Горшочек каши» и др.)

Чем лечил доктор Пилюлькин коротышек из Цветочного города? (Касторкой.)

Какому фруктовому дереву помогла девочка из сказки «Гуси-лебеди»? (Яблоне.)

Сколько баранок купила в булочной девочка Женя из сказки В. П. Катаева «Цветик-семицветик»? (6.)

**2 команда**

*Презентация блюда команды*

**Конкурс загадок**.

Он морковный и томатный

И на вкус и цвет приятный.

Чтоб здоровым стать ты смог,

Пей всегда полезный...

(Сок).

Скинули с Егорушки

Золотые перышки.

Заставил Егорушка

Плакать без горюшка.

(Лук)

Над землей — трава,

Под землей — бордовая голова.

(Свекла)

Кругла, рассыпчата, бела,

На стол она с полей пришла.

(Картофель)

Оно течет, но не вода.

Оно, как снег, бело всегда.

На вид узнать его легко,

Ведь это в крынке...

(Молоко)

**3 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** Ну, какой -же «Кулинарный ринг»**без игры "Угадай - ка."**

Приглашаю 2 участников.

Мы завяжем вам  глаза,  и на ощупь вы должны определить**разные сорта круп -** манная, перловая, рисовая, пшенная, гречневая.

**Фрукты, шоколад** (порезанные) - участники должны определить что едят.

**4 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:**

**Сообщение о каше**

Каша — исконно русское блюдо. Специальные каши варили в честь любого знаменательного события. Жених и невеста, например, обязательно должны были при гостях сварить кашу и съесть ее.

Так проверялась прочность их чувств. При рождении ребенка готовили «бабину кашу» — крутую, пересоленную, которую должен съесть молодой отец.

Рецепт суворовской каши родился во время [исторического](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fpandia.ru%2Ftext%2Fcateg%2Fnauka%2F109.php) перехода армии великого полководца через Альпы. К концу подходили запасы — оставалось чуть-чуть гороха, перловки, пшена, гречихи. Задумавшись, как накормить истощенных солдат, Суворов отдал приказ: все варить в общем котле, добавив лука и масла. Оказалось очень вкусно и полезно. Такую кашу до сих пор называют суворовской.

У русских князей существовал обычай — в знак примирения между врагами варить кашу. Без каши мирный договор считался недействительным. С тех пор про несговорчивых людей говорят: «С ним каши не сваришь!»

**5 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** **Игра «Назови блюдо». слайд**

Ведущий называет овощ, а болельщики должны назвать блюдо, которое можно приготовить из этого овоща или с добавлением его. Например: морковь — [винегрет](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fpandia.ru%2Ftext%2Fcategory%2Fvinegret%2F), борщ, запеканка, рагу и т. д.

**6 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** **Викторина на кулинарную смекалку**

1 Англичане не представляют новогоднего стола без традиционной жареной индейки, а вот в Венгрии и Австрии считается, что птицу есть в этот вечер нельзя. Почему? *Улетит счастье.*

2. Как называется полный комплект столовой или чайной посуды? *Сервиз.*

3. Скажите по-английски: “стружка, тонкие кусочки”. *Чипсы.*

4. Почему американцы рекламируют червивые яблоки? *Черви питаются только экологически чистыми яблоками.*

5.Что сырым не едят, а вареным выбрасывают? *Лавровый лист.*

6. Сколько яиц можно съесть натощак? *Одно*

7. В каком году люди едят более обыкновенного? *В високосном.*

8. На Руси раньше и тесто и кадка назывались одинаково. Как? *Квашня.*

9. Из какой муки раньше пеклись традиционные русские блины? *Из гречишной.*

10. С чего начинается любое застолье? *С мытья рук.*

**7 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** Какой же праздник без конкурса? Черный ящик!

**КОНКУРС «ЧЕРНЫЙ ЯЩИК»**

Следующий конкурс «Черный ящик». В этом черном ящике спрятано написанное на карточке название блюда, которое надо отгадать, задавая наводящие вопросы, на которые я отвечаю односложно, «да» или «нет». Участники отгадавшее это блюдо, получит памятный приз!

**(приз: Капуста)**

**8 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** Кто подскажет, какие праздники есть в России?

А мамы и папы готовили? Стол накрывали?

А давайте разберемся, у кого больше дел? У мамы или папы?

Приглашаю к себе одну маму и одного папу ( из членов команды)

**Конкурс :У кого больше дел?**

Я буду перечислять разные дела, а Вы , будете говорить, кто из родителей это делает лучше всего. А мы будем давать родителям вот такие тарелочки и увидим, кто победит!**Мамы- встают девочки, папы- мальчики**

Итак, начинаем!

1.      Готовит обед

2.      Играет в футбол

3.      Моет посуду

4.      Передвигает мебель

5.      Покупает подарки на День рождения

6.      Читает детям книжку

7.      Стирает белье

8.      Водит машину

9.      Поливает цветы

10.  Ремонтирует крышу

11.  Выносит мусор

12.   Ходит в магазин

13.   Смотрит телевизор

14.  Укладывает детей спать

15.   Украшает дом

16.   Обнимает ребенка

17.   Провожает ребенка в школу

18.  Пылесосит коврик

19.   Лежит на диване

20.  Пришивает пуговицы

Большинство дел, как видим,  ложатся на плечи мамы. Давайте нашим мамам поаплодируем, они заслуживают Ваших аплодисментов.

**9 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** **Отгадываем ребусы**

**10 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:** Мы с Вами много читаем, правда? и  в сказках и рассказах тоже встречаются разные вкусности.

Вот сейчас и проверим, насколько Вы внимательны, когда читаете.

**Конкурс «В гостях у кулинарной сказки ».**

1.Что несла бабушке Красная Шапочка? (пирожки и горшочек масла)

2.Где спрятался седьмой козленок? (в печке)

3.Что больше всего любил Карлсон? (варенье и печенье)

4. Где баба взяла муку на колобка? (по амбару помела, по сусекам поскребла)

5.Из чего фея сделала карету Золушке? (тыквы)

6.Назовите вкусные имена друзей незнайки (Пончик и Сиропчик)

7.Как погиб царь в Коньке – Горбунке? (сварился в молоке)

8.Чем Фатима смазала мерку Али – Бабы? ( медом)

9. Сколько чашек и с чем выпили букашки из сказки «Муху – цокотуха»?

(по 3 чашки с молоком и крендельком)

10.Что топтала кобылица в Коньке - Горбунке? (пшеницу)

11.На чем было написано письмо старой лапландки? (на рыбе)

12.Как звали графа – мальчика из «Чипполино»? ( Вишенка)

**11 команда**

*Презентация блюда команды*

**Ведущий:**

**Конкурс «Как вы думаете?»**   
- У каких овощей едят корни и клубни?  (морковь, свекла, картофель, лук, репа, редис)   
- У каких овощей едят листья?  (капуста, салат, укроп, петрушка, лук, щавель)   
- У каких овощей едят цветы? (цветная капуста)   
- У каких овощей едят семена? (горох, фасоль, кукуруза, соя)   
- У каких овощей едят плоды? (огурцы, помидоры, кабачки, баклажаны, тыква)

**12 команда**

*Презентация блюда команды*

**Заключительное слово:**

1. Все продукты хороши, Организму, для души. Но не надо забывать, В еде лучше меру знать.

2. Витамины, минералы, Ты по полкам разложи. Чего много, чего мало. Объедаться не спеши.

 3. Из капусты и моркови, огуречка и фасоли. Рыбу с кашей приготовь, не забудь и про любовь.

4. О любви к здоровой пище, я сегодня говорю. Ум прибавиться, силище, сто процентов! Я не вру!

5. И работать и учиться Будем лучше всех, всегда! И поможет не лениться Нам (вместе) ЗДОРОВАЯ ЕДА!

**Чаепитие, дегустация блюд.**

**Приз зрительских симпатий. Жюри объявляет итоги конкурса.**