

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №14»
имени А.М. Мамонова

ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ
«КУЛИНАРНЫЙ ПОЕДИНОК»

Багликова Л.В.,
учитель начальных классов

Старый Оскол
2012

Цель: закрепить представления о необходимости заботы о здоровье, важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Оборудование: выставки детских работ «Друзья Чиполлино» и овощных и фруктовых заготовок на зиму.

Кулинарный поединок проводится между командами «Помидоры» — учащиеся и «Витамины» — родители.

Ход поединка

Ведущий. Приветствие команд. Максимальная оценка — 3 балла.

Команда «Помидоры» (*хором*).

Мы — томаты, дружные ребята.

Будем правильно питаться,

Бегать, прыгать, кувыркаться!

Болезнь не будем никогда,

У нас ведь с пользой еда!

Команда «Витамины» (*хором*).

Про нас рассказ недлинный.

Кто не любит витамины?

Витамины любят все:

Взрослые и дети.

Витамины нужны

Всем, всем на свете!

Конкурс «Разминка»

За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

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.)

Конкурс «Продолжи пословицы»

За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

Команда «Помидоры».

Щи да каша — ... (пища наша).

Без печки холодно — ... (без хлеба голодно).

Много снега — ... (много хлеба).

Команда «Витамины»

Не впору и обед... (коли хлеба нет).

Свой хлеб слаще... (чужого калача).

Кто не умерен в еде — ... (быть беде).

Вопрос для обеих команд.

Чем вредно переедание для здоровья?

Конкурс капитанов

За правильный ответ капитан команды получает 3 балла.

Из букв слова *ассорти* составить как можно больше слов.

(*Сорт, сор, ссора, сота, ар, ас, рот, торс, трос, тир, рота, оса, аист*
и др.)

Пока капитаны выполняют задание, проводится конкурс болельщиков.

Игра «Назови блюдо»

Ведущий называет овощ, а болельщики должны назвать блюдо, которое можно приготовить из этого овоща или с добавлением его. Например: морковь — винегрет, борщ, запеканка, рагу и т.д.

Конкурс загадок

За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

* * *

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. *(Картошка)*

* * *

Оно течет, но не вода.
Оно, как снег, бело всегда.
На вид узнать его легко,
Ведь это в крынке... *(молоко)*.

Дополнительный вопрос командам

Какие полезные продукты можно приготовить из молока? В чем их польза?

Конкурс «Хозяюшка»

Максимальная оценка — 3 балла.

Члены команды по очереди чистят лук, морковь и картофель, готовят и украшают витаминный салат. Затем команды защищают свое блюдо, рассказывая о его пользе.

Конкурс «Художники»

Максимальная оценка — 3 балла.

За 5 минут команда должна нарисовать полезные овощи для вкусного завтрака, объяснить, какие продукты нужно есть на завтрак и почему.

Пока художники выполняют задание, проводится конкурс болельщиков. Они называют пословицы о хлебе.

Конкурс «Домашнее задание»

Команда «Помидоры»

Рассказ о картофеле

Родина картофеля — Южная Америка. Триста лет назад царь Петр I привез клубни картофеля в Россию. Крестьяне отказывались выращивать его, назвав «ведьминой ягодой». Они не знали, что съедобны клубни, и поэтому ели плоды картофеля — маленькие ягоды, содержащие ядовитые вещества. Из-за того, что картофель распространяли насильно, на Руси возникали «картофельные бунты». Теперь картофель называют вторым хлебом.

Во Франции картофель долго был не съедобным, а декоративным растением. Придворные дамы украшали свои дорогие платья букетиками из цветов картофеля.

Команда «Витамины»

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 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!»

Конкурс художественной самодеятельности

Команда «Помидоры» исполняет танец «Маленькие поварята».

Команда «Витамины» поет частушки «Здравствуй, осени пора!».

Осень — славная пора!
Любит осень детвора.
Сливы, груши, виноград —
Все поспело для ребят!

И арбуз увидев важный,
Оживится детвора.
И радушно скажет каждый:
«Здравствуй, осени пора!»

Я — румяная редиска,
Поклонюсь вам низко-низко.
А хвалить меня зачем?
Я и так известна всем!

Что копали из земли,
Жарили, варили?
Что в золе мы испекли,
Ели да хвалили?

Нарядилась Алена
В сарафанчик свой зеленый,
Завила оборки густо,
Узнаешь ее?
— Капуста!

Чтоб здоровым, сильным быть,
Надо овощи любить
Все без исключения,
В этом нет сомнения!