**Разнообразие рыбных блюд**

**Цели:**

* расширить представление детей о морских съедобных растениях и животных, многообразии блюд, которые могут быть из них приготовлены;
* сформировать представление о пользе морепродуктов, необходимости микроэлементов для организма.

**Оборудование:**презентация.

**Ход занятия**

1. **Организационный момент.**

**Когда встречаем мы рассвет**

**Мы говорим ему – привет.**

**С улыбкой солнце дарит, в след**

**Нам посылая свой привет.**

**И вы запомните совет:**

**Дарите всем друзьям привет!**

- Посмотрите друг на друга, улыбнитесь, поделитесь своим прекрасным настроением.

1. Ребята, скажите Вы любите сказки? Для того, чтобы начать наш разговор, я предлагаю вам внимательно послушать одну сказку:

- В одной сказочной стране на берегу прекрасного моря стоял дворец. В нём жил правитель, у которого было три сына. Отец любил своих сыновей, и они отвечали ему взаимностью. Дети росли добрыми, послушными и трудолюбивыми. Одно огорчало правителя: сыновья часто и долго болели.

Правитель пригласил во дворец самых мудрых людей страны и спросил: «Почему люди болеют? Что надо сделать, чтобы люди жили долго и счастливо?» Мудрецы долго совещались…

Самый старый из них сказал: «Здоровье человека зависит от его образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях». Выслушал правитель мудреца и приказал разобраться какие продукты ели его сыновья. И узнал, что они очень не любили рыбу и морепродукты. И приказал отправиться в «морское царство».

- Итак, сегодня мы с вами отправимся в «Морское царство». (ролик о рыбах). Кого мы там встретили?

Ответы детей

- Совершенно верно

- Итак, сформулируйте тему нашего занятия.

тема нашего занятия «Рыба. А так как у нас занятие из цикла Разговор о правильном питании, то вторая часть темы будет звучать Ассортимент рыбных блюд».

Как вы считаете, какова же цель нашего занятия? Чтобы бы вы хотели узнать на нашем занятии? (виды, разнообразие рыб, польза)

Молодцы! (повесить целевые установки: ВИДЫ, РАЗНООБРАЗИЕ, ПОЛЬЗА

Виды рыбы зависит от ее места обитания. Рыба, которая обитает в реках и озерах называется речная. А рыба, которая обитает в морях, называется морская. А как называются продукты, которые человек добывает из моря это морепродукты.

Значит, рыба делится на речную и морскую.

Итак, мы отправляемся в познавательное путешествие, поэтому должны записывать свои наблюдения в путевые листы, которые лежат у вас на столах. Но, чтобы правильно выполнить все задания вам необходимо действовать дружно, помня Правила работы в группах, которые записаны на доске

1. Работай в группе дружно, помни - вы одна команда.

2. Принимай активное участие в работе, не стой в стороне.

3. Не бойся высказывать своё мнение.

4. Работай тихо, не старайся всех перекричать. Уважай мнение других участников группы.

5. Отвечай у доски громко, чётко, кратко.

У каждой группы лежит конверт. В конвертах обитатели подводного мира. Ваша задача определить где они обитают, назвать объекты и назвать пользу данного вида. Вам необходимо проанализировать и занести информацию на большие листы Время на эту работу 3 мин. Отвечать будут капитаны.

Конверт 1 (речная рыба), конверт 2 (морская рыба), конверт 3 (морепродукты)

- Выходит первый капитан. Всем остальным я предлагаю заносить информацию в путевые листы. Дети всю информацию в путевые листы записываем кратко.

- Какую информацию вы занесли в путевой лист?

Молодцы!

- Что вы узнали? (рыбы бывает речная, морская и морепродукты, называют объекты и пользу)

Итак, совершенно верно рыба занимает важное место в питании человека. Подсчитано, что в среднем каждый человек съедает ее в течение всей жизни до 4 тонн, что вдвое больше мяса. Рыбные блюда очень полезны.

А, теперь, давайте узнаем мнение нашего эксперта, а им является диет-сестра Маркина Оксана Владимировна

Внимание на экран.

**Интервью: «Польза и вред рыбы»**

На самом деле, рыба очень полезна и нужна. Какую информацию нам сообщила диет-сестра нашей столовой (рыба полезна отварная и запечённая). Жареную рыбу можно есть, снимая поджаренную кожицу, но полезнее всего есть отварную и рыбу на пару, не реже 1 раза в неделю)

Учитель: А как на нашем столе появляется рыба? ( Ее можно поймать в реке, озере или купить в магазине.)

Учитель: В каком виде мы покупаем рыбу в магазине? (В магазины рыба поступает живая, охлажденная, мороженная, соленая, маринованная, копченая, вяленая и сушеная, в виде филе и консервов)

**II. Работа в группах.**

Вы услышали мнение эксперта нашей столовой. Мы приобрели рыбу в магазине, а теперь я предлагаю вам приготовить обед из этой рыбы, попробовав себя в роли шеф-повара «Составь меню обеда»

- В каждом конверте перечень блюд. Необходимо составить правильное разнообразное меню в соответствии с рекомендациями нашего эксперта и в нем должно быть использовано рыбное блюдо.

Конверт 1 (суп лапша, борщ, гуляш, макароны, компот, картофельное пюре, чай, вермишель, сок, уха,)

Конверт 2 (суп лапша, борщ, рыба запечённая, гуляш, макароны, компот, картофельное пюре, чай, вермишель, сок,)

Конверт 3 (суп лапша, борщ, гуляш, макароны, компот, картофельное пюре, чай, вермишель, сок, рыбные котлеты на пару)

Обратите внимание, в каком виде была рыба?( отварная, запеченная, на пару)

Какой вывод можно сделать? Полезная рыба отварная и запеченная, на пару.

- Какой совет вы можете дать своим родителям?

Учитель: Часто ли в вашем доме готовят блюда из рыбы и какие?

- Что узнали из нашего занятия?

Давайте с вами вспомним цели нашего занятия ВИДЫ, РАЗНООБРАЗИЕ, ПОЛЬЗА

Вывод: не менее 1 раза в неделю употреблять рыбу в вареном и запеченном виде, потому что так сохраняется больше витаминов.

Ребята, помните в начале занятия Яна прочитала вам сказку. Какие советы вы дадите правителю?

Чтобы закрепить знания, полученные на нашем занятии ваше Домашнее задание: читать рабочую тетрадь с.52-55, с заполнением кроссворда.

Если вы узнали что-то новое и интересное, я предлагаю вам сварить уху. Конверт 3 ( в конверте лежат рыбы и их необходимо прикрепить к кастрюле). Чем больше будет рыбы, тем вкуснее и наваристее у нас получится уха.

Посмотрите, что у нас получилось.

Всем спасибо за занятие.