Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Конзаводская средняя общеобразовательная школа №2

В рамках «О введении с 01.09.2017года в образовательную программу уроков по изучению основ здорового питания». 18.01.2019 года в 9-10 классах на внеурочном занятии по «здоровому питанию» , было проведено занятие на тему «Кухни разных народов».

Эпиграф:

Мы едим, чтобы жить, а не живем, чтобы есть

(греческая, латинская, немецкая).

Целью этого занятия является тем, чтобы познакомить обучающихся с традициями, особенностями , обычаями приёма пищи в разных народов.

Задачи этого занятия:

-привить обучающимся культуру здорового питания;

-сформировать представление у обучающихся о кулинарных традициях как части культуры народа;

-воспитывать у обучающихся уважение к традициям русского народа и народам других стран.

Оборудование: рисунки блюд, фотографии блюд, поговорки и пословицы, разных народов о пище, презентации.

Есть традиции связанные с приготовлением блюд- традиционная национальная кухня. Национальное блюдо зависит от того, что выращивают в той или иной стране.

Например в Китае и Японии выращивают рис и поэтому много блюд готовят из риса.(картинки фото)

А в Индии очень много разнообразных специй ,все блюда Индии содержат много приправ и специй.(фото и картин)

Африка выращивает много сахарного тростника и поэтому там традиционное блюдо «Куксистерс» , что значит «Пирожные сестрички», во время приготовления плетёные косички из теста обваливают в сахарном сиропе.(фотки)

В России выращивают овощи, фрукты, рожь, пшеницу, ячмень, овес, гречиху (фото что выращ. в рос)

В нашей стране много блюд готовят из муки, крупы. Только у нас в России, готовят вкусные калачи. (фото)

Еще на Руси очень любят щи. (фото).

Не зря в народе говорят « Щи да каша-пища наша». Значит, что ещё готовят в России? (фото каш)

Русский человек славился издавна своим хлебосольством .А какой продукт на Руси был самым главным? (фото хлеба)

Всё вкусно, всё сытно, а главное – полезно! Хлеб всему голова! Так говорят на Руси. К хлебу относились очень бережно, ведь он доставался тяжелым трудом.

Мы с вами живём в Ростовской области, в хуторе Камышев- хутор в котором живут много национальностей, со своими праздниками, обычаями, национальной кухней.(фото)

А какие реки протекают рядом с нами? Это река Сал – левый приток Дона. (фото рек )

Рыбные богатства реки Дон ценились ещё с давних времён. По сведениям летописца, в среднем течении реки Дон было до 10 000 рыбаков. Здесь они жили всё лето, ловили рыбу в «диких водах», а осенью возвращались домой. Соответственно, это способствовало созданию разных рыбных блюд в культуре народов, живущих по берегам реки Дон. Ассортимент рыбных блюд был очень велик. (фото блюд из рыбы)

Ребята, сегодня мы с вами узнали о некоторых блюдах русской национальной кухни, и национальной кухне других народов. Их кухни богаты своими национальными блюдами, всегда славились оригинальностью приготовления, вкусовыми качествами и оформлением. Русская кухня такая же щедрая, как душа русского человека.