

Познавательная игра по биологии 5 класс «Винегрет – шоу»

учитель биологии и химии
1 квалификационной категории
Кирикова Нина Васильевна

2018г.

(слайд № 1)

Методические рекомендации: урок под таким названием проводится для учащихся 5 классов. Перед началом мероприятия кабинет биологии оформляется красочными тематическими стенгазетами.

Мероприятие включает 6 конкурсов: 1 конкурс «Рецепт винегрета», 2 конкурс «Витаминный кроссворд», 3 конкурс «Сбей овощ», 4 конкурс «Расскажи о своём любимом овоще», 5 конкурс «Собери овощ», 6 конкурс «Найди пропажу».

Между 3 и 4 конкурсом проводится физкультминутка.

После каждого конкурса команде в качестве приза выдаются овощи - жетоны, которые нужно собрать для приготовления винегрета. Выигрывает та команда, которая соберёт все овощи в максимальном количестве для своего винегрета.

Цель:

- развитие творческие способности учащихся,
- развивать знания об овощах, их полезных свойствах;
- развить умение наблюдать, логически мыслить, видеть эстетическую ценность в объектах живой природы.

Оборудование: компьютер, экран, мультимедиа проектор, дидактический материал.

Ход мероприятия

Ведущий: Добрый день! Мы продолжаем разговор о здоровом питании. Наше шоу “Винегрет” открывается! В нем участвуют учащиеся 5 классов. Для того чтобы начать наше шоу я хотела бы представить наше многоуважаемое жюри. *Представление жюри.* Оценивать наше жюри необычным образом. Каждый конкурс имеет свой овощ – жетон. Если команда успешно справилась с заданием, она получает два овоща – жетона. Если команда частично справилась с заданием, то один овощ – жетон. А если команда не справилась полностью с заданием, то остаётся вообще без жетонов. Задача команд собрать все необходимые овощи для приготовления винегрета. Впереди нас ждут конкурсы и развлечения для команд. Итак, начнём!

Конкурс 1. «Рецепт винегрета» (слайд № 2)

Ведущий: Попробуем перечислить овощи, составляющие винегрет, а для этого надо отгадать загадки. Будьте внимательны. Команды будут отвечать по очереди. За правильно отгаданные загадки команда получает 2 жетона – лука. Если команда не может дать правильный ответ, ответить может следующая команда. За дополнительно отгаданные загадки соперника команда может получить дополнительно маленький жетон – лучок.

1. Летом свеженький, зелёный,
Прямо с грядки прыг на стол,
А зимою я – солёный,
И вокруг меня – рассол. (Огурец) (слайд № 3)

2. Заставит заплакать всех вокруг,
Хоть он и не драчун, а (Лук) (слайд № 4)

3. За кудрявый хохолок
Лису из норки поволок.
На ощупь очень гладкая,
На вкус, как сахар, сладкая! (Морковь) (слайд № 5)

4. Над землёй – трава,
Под землёй – алая голова. (Свёкла) (слайд № 6)

5. Сидит Ермошка на одной ножке,
На нём сто одежек;
Не шиты, не кроены,
А весь в рубцах. (Капуста) (слайд № 7)

6. Кругла, рассыпчата, бела,
На стол она с полей пришла.
Ты подсоли её немножко,
Ведь, правда, вкусная ... (Картошка) (слайд № 8)

Жюри оценивают первый конкурс и выдают первые овощи – жетоны.

Ведущий: Молодцы, с загадками вы справились. Встречайте гостя! (входит повар)

Повар: Я очень старался и очень спешил

И вам винегретик, друзья, накрошил.

Я вам после каждого конкурса буду рассказывать о полезных свойствах овоща – жетона.

(слайд № 9) **Лук** - это одна из самых древних овощных культур. Он был широко известен в Древнем Египте, в Древней Греции и в Древнем Риме, как овощное и лекарственное средство. Считалось, что лук способен давать силу и энергию и поэтому был обязательной составной частью пищи. Сейчас лук выращивают в любом огороде, и его можно найти на любой кухне.

Лук различается по вкусу. Он бывает острый, полуострый и сладкий. Окраска верхней чешуи также бывает разной: белой, жёлтой, красно-коричневой или фиолетовой.

В пищу используют луковицы и листья репчатого лука. Вкусны и полезны супы, салаты, бульоны, маринады, мясные и рыбные блюда, в которые добавлен лук.

Очень вкусный и совсем не горький маринованный лук.

В луковицах содержится много полезных веществ, среди которых витамины, каротин и фитонциды (вещества, убивающие вредных микробов). Сухой чешуёй

луковиц красят пасхальные яйца. Лук хорошо очищает воду. Если в неё бросить кусочки лука, он избавит её от неприятного запаха.

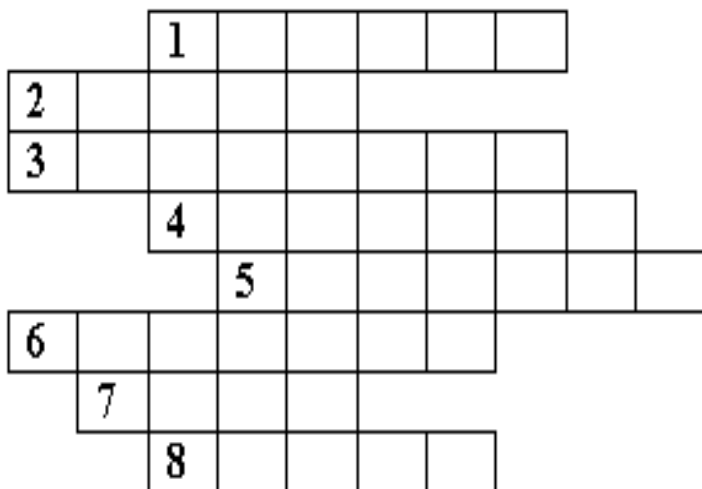
Ведущий: Спасибо тебе, повар. Как вы думаете, ребята, этот салат полезен? Чем полезен винегрет? (*Ответы детей*) Вы правильно ответили. Салат полезен, ведь в нем разнообразные овощи, которые необходимы для питания человека.

Больше всего ценит человек овощи, так как они помогают ему быть здоровым и бодрым. Овощи богаты витаминами. Открыл витамины русский доктор Н. И. Лунин 1880 году. Но только через тридцать два года витамины получили свое название. Их крестным был польский ученый Казимир Функ, который предложил назвать их “витаминами” – от латинского слова “вита”, что означает “жизнь”.

Конкурс 2. «Витаминный кроссворд» (слайд № 10)

Ведущий: Решите кроссворд. Ответы на загадки впишите в соответствующие клеточки. Продолжительность конкурса – 3 минут. За правильно разгаданный кроссворд команда получает 2 морковки. За частично решённый кроссворд команда получает 1 морковку. Если команда не смогла решить кроссворд, то она ничего не получает. (слайды № 11 – 12)

1. Хотя я сахарной зовусь,
Но от дождя я не размокла,
Крупна, кругла, сладка на вкус,
Узнали вы, кто я? ... (Свёкла)



2. Щёки розовые, нос белый,
В темноте сижу день целый.
А рубашка зелена,
Вся на солнышке она. (Редис)

3. Неказиста, шишковата,
А придет на стол она,
Скажут весело ребята:
«Ну рассыпчата, вкусна!» (Картошка)

4. Уродилась я на славу,
Голова бела, кудрява.
Кто любит щи,
Меня ищи. (Капуста)

5. Огородная краля
В оранжевом платье
Притаилась в погребке,
Лишь коса на бугорке. (Морковь)

6. Красный, детки, но не мак.
В огороде - не бурлак.
Сочный лакомый синьор.
Угадали? (Помидор)

7. Круглая и жёлтая,
Словно солнце яркое.
Самая вкусная,
Сочная и яркая. (Дыня)

8. Величава и кругла,
На бахче она жила.
Сверху серая, смотри,

Но оранжево внутри.
К похвалам она привыкла
Королева каши... (Тыква)

Жюри оценивают конкурс, подводят предварительные итоги и выдают овощи – жетоны.

Повар: Наступило знакомство со следующим овощем. Это морковь.

(слайд № 13) **Морковь** - это овощ, известный уже более 3000 лет. Родиной её считают побережье Средиземного моря. В Европе возделывается с 14 века. В настоящее время, пожалуй, ни одна хозяйка не приготовит обед без моркови.

Этот корнеплод имеет коническую или цилиндрическую форму и бывает различной окраски: жёлтой, оранжевой или красной. Средняя масса одной морковки 70-100 г. У неё приятный сладковатый вкус и особый аромат.

Каротин корнеплода превращается в витамин А. Витамин А улучшает зрение. Это давно известно. Но светила медицинской науки высказывали о нашей огородной спутнице и еще более смелые суждения. “Тертая морковь, - писал в 1875 году хирург Пирогов, - домашнее средство против рака”.

Морковь в любом виде – свежем, пареном, вареном – полезна для всех. Она поддерживает организм в здоровом состоянии.

Используется этот овощ в свежем виде и после кулинарной обработки. Из неё готовят соки, салаты, пюре, котлеты, борщи и маринады. Так же её добавляют, как приправу, в мясные, рыбные и овощные.

А теперь послушайте полезные советы.

- наиболее сочны толстые, недлинные корнеплоды. Из такой моркови получается хороший сок, ее кладут в салаты, используют сырой в качестве гарнира, а также маринуют.
- при варке морковь лучше опускать в кипящую воду, так как в ней отсутствует растворенный кислород и лучше сохраняется витамин С.

Конкурс 3. «Сбей овощ» (слайд № 14)

Ведущий: На кегли (6 штук) прикрепляются вырезанные из бумаги овощи. Каждый участник команды с определенного расстояния должен мячом с одного броска сбить хотя бы один «овощ». Количество сбитых «овощей» суммируются. Какая команда наберёт больше очков, та и победит. За победу жюри выдаст 2 картошки, а за проигрыш – 1 картошку.

Жюри оценивают конкурс, подводят предварительные итоги и выдают овощи – жетоны.

Повар: (слайд № 15) О картофеле мы знаем, благодаря открытию Колумбом Америки. Родиной его считается страна Чили. В Европу **картофель** попал в 16 веке, а в Россию он был завезён Петром I в 17 веке. Сейчас представить наш стол без картофеля невозможно. Картофель в России - “второй хлеб”.

Клубни картофеля могут иметь различную форму и окраску: от белой до фиолетовой; плотная мякоть чаще всего белая, реже желтоватая.

Из картофеля готовят десятки блюд, изготавливают всеми вами любимые чипсы и другие пищевые продукты. Зеленый картофель содержит большое количество сильных ядов, которые особенно опасны для детей. Эти яды не разрушаются даже при варке и тушении.

Полезные советы:

- в рассольник картофель лучше класть до огурцов, иначе он останется жестким. По этой же причине в зеленые щи сначала лучше положить картофель, а затем щавель;
- чтобы устранить неприятный запах во время жарения рыбы, в растительное масло кладут одну картофелину, очищенную и нарезанную ломтиками.
- если картофель нужно сварить побыстрее, положите в воду столовую ложку маргарина.

Ведущий: А теперь предлагаю сделать перерыв и немного размяться.

Физминутка: (слайд № 16)

Мы пойдём в огород, (*шагать на месте*)

Много там всего растёт: (*развести руки в стороны*)

Огурцы сорвём мы с грядки, (*срывать воображаемые огурцы*)

Помидоры с кожей гладкой, (*кистями рук обрисовать круглую, шарообразную форму*)

Толстая репка (*поставить руки на пояс*)

Засела в землю крепко. (*покачаться из стороны в сторону*)

Дёргай, дёргай из земли (*изобразить как будто дёргаем из земли*)

Всё собрали, посмотри. (*развести руки в стороны*)

Конкурс 4. «Расскажи о своём любимом овоще» (слайд № 17)

Ведущий: Приглашаются по одному участнику от каждой команды. Надо рассказать о своём любимом овоще по плану:

(слайд № 18)

1. Я люблю _____.
2. Он (она) _____ цвета, _____ формы, _____ на вкус.
3. Из него (неё) можно приготовить _____.
4. Моё самое любимое блюдо с ним (ней) _____.

5. А я его люблю его есть _____ (сырым, в салате и т.д.)
За быстроту, полноту ответа и оригинальность команда получает 2 огурца. Если ответы неполные, то команда получает 1 огурец. Если команда не справилась с заданием, то команда остаётся без огурцов.

Жюри оценивают конкурс, подводят предварительные итоги и выдают овощи – жетоны.

Повар: Пришла очередь огурцов.

(слайд № 19) **Огурец** - это тоже родственник тыквы. Родиной его считают Индию и Китай, где он был известен уже более 5000 лет назад. Диких его сородичей и сейчас можно встретить в лесу этих стран, где он, как лиана, обвивает стволы деревьев. Изображение этого овоща можно встретить на стенах древних греческих храмов и на фресках Древнего Египта. В России же огурец известен более тысячи лет.

Огурцы - это длинные зелёные плоды с сочной водянистой мякотью, внутри которой находится множество каплеобразных, плоских семечек.

Огурцы обладают ценными вкусовыми и лечебными свойствами. Употребляются в пищу в свежем, солёном и маринованном виде. А в салатах они просто незаменимы.

До сих пор многие люди считают огурец овощем хотя и вкусным, но с точки зрения питания, в общем бесполезным. Что в нем толку? Калорий почти никаких.

Витаминов на копейку. Одна вода.

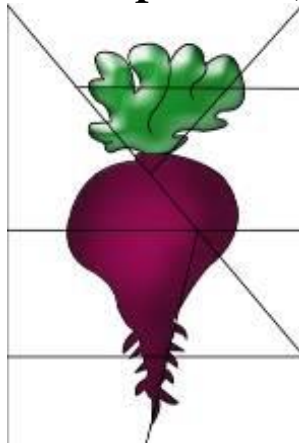
Огурцы – рекорсмены по количеству содержащейся в них воды (96,8%), вопреки мнению многих, они не являются существенными источниками витаминов, хотя сравнительно богаты минеральными солями. Огурец оказывает способность регулировать работу сердца, печени и почек.

Используя огурцы в неочищенном виде, надо предварительно попробовать кусочек кожуры и убедиться, что она не горчит. Если горчит, огурец следует почистить

Чтобы подольше сохранить огурцы, можно уложить их в полиэтиленовый мешок или эмалированную ванночку и держать, не закрывая крышкой, на нижней полке холодильника.

Жюри оценивают конкурс, подводят предварительные итоги и выдают овощи – жетоны.

Конкурс 5. «Собери овощ» (слайд № 20)



Ведущий: Каждая команда получает изображение овоща, который нужно собрать из разрезанных частей. Кто быстрее? За правильно собранный овощ и быстроту команда получает 2 свеклы. (слайд № 21)

Повар: (слайд № 22) **Свёкла** - очень ценный и полезный овощ. Дикорастущую свёклу использовали в пищу с незапамятных времён. В Киевской Руси она появилась примерно в 10 веке.

Свёкла - это корнеплод округлой, плоской или цилиндрической формы массой от 400 до 900 г. Мякоть плотная белого, тёмно-красного или бордового цвета со сладковатым вкусом.

В пищу у свёклы идёт всё, как корнеплоды, так и ботва. Из неё готовят салаты, борщи, оладьи, икру и другие блюда. Из белой сахарной свёклы добывают сахар. Столовая свекла, введенная в культуру в глубокой древности, с давних пор широко используется в нашей стране для приготовления винегретов, борщей, маринадов. Весной в пищу идут молодые листья и черешки, осенью и зимой – корнеплоды. Этот овощ очень полезен. Свекла отличается от других овощей высоким содержанием сахара (9%), в ней имеется небольшое количество яблочной и щавелевой кислот, соли калия, натрия, магния, фосфора, из витаминов преобладает витамин С. В молодой ботве свеклы много каротина (А) и витаминов С и группы В. Эти витамины необходимы для нормальной работы организма, особенно в зимнее время.

Много интересного мы узнали о свёкле. А вот как приготовить свеклу, чтобы в ней оставалось как можно больше витаминов, я вам сейчас расскажу.

- посуду для варки свеклы следует правильно подбирать по объему, чтобы меньше оставалось пространства для воздуха;
- при варке свеклу следует закладывать только в кипящую воду;
- не рекомендуется варить свеклу в подсоленной воде – вкус ее ухудшается;
- чтобы свекла при варке не потеряла цвет, можно добавлять в воду или в бульон немного сахара, из расчета 0,5 чайной ложки на 2 л воды.

Конкурс 6. «Найди пропажу» (слайд № 23)

Ведущий: Ребята! Вы пришли в огород, но не знаете, как собирать овощи, что у них съедобно – верхушки или корешки. За 1 минуту наклейте перед каждым растением указатели – красный конец стрелки покажет съедобную часть растения, а белый – на несъедобную. Подумайте, около какого растения можно поместить указатель, показывающий и на верхушки, и на корешки. Команда, которая правильно выполнит задание, получит 2 кочана капусты. Если команды допустят не точности, то они получают только по одному кочану капусты.

Жюри оценивают конкурс, подводят окончательные итоги и выдают последние овощи – жетоны.

Повар: Закончим наше знакомство капустой. С давних пор я - народная любимица. В старину русская деревня почти круглый год кормилась капустой, которую квасили, запасали впрок.

(слайд № 24) **Капуста** - это один из самых древнейших овощей. В Древнем Египте она была известна очень давно. Археологи утверждают, что Александр Македонский кормил ею своих воинов перед боем, считая, что именно в капусте

секрет его побед.

Кочан капусты состоит из кочерыжки, которая покрыта сочными мясистыми листьями белого, светло-зелёного или бордового цвета. Капуста - крупный овощ. Самый крупный кочан капусты на земле весил 51,8 кг.

Употребляют капусту в свежем, отварном или тушеном виде. Из неё делают салаты, варят щи, готовят голубцы и другие кулинарные блюда. А кто не наслаждался холодной зимой варёной картошечкой с квашеной капустой? Ой, как вкусно!

В свежей белокочанной капусте содержится столько же витаминов С, сколько в апельсинах или лимонах; с капустой поставляются в организм комплекс минеральных веществ, способствующих поддержанию нормального кислотно-щелочного равновесия.

Для хозяек и поваров есть много **полезных советов**, о которых нужно помнить во время приготовления различных блюд из капусты.

- борщ должен сначала быстро закипеть, но сняв пену и положив зелень, следует убавить огонь: пусть борщ “томится” под крышкой;
- борщ получается вкуснее, если его, доведя до готовности, не снимают сразу с плиты, а, выключив огонь, оставляют остывать на плите;
- при тушении голубцов не надо наливать много воды или бульона – голубцы получаются слишком водянистые и невкусными.

Ведущий: Вот и подошел к концу наш праздник. Много интересного и полезного мы узнали сегодня. Мы благодарим повара за участие в нашем празднике. На память о сегодняшней встрече я хочу вам раздать памятки “Хозяйке на заметку”.

До новых встреч!

Объявляется и награждается победитель. (слайд № 25)

Используемая литература:

1. Картинки овощей - <http://forchel.ru/kartinki>.
2. Конкурс «Найди пропажу» - Игра «Лото + PEXESO = Парочки», выпуск 1, детский издательский дом «Витаминка»
3. Загадки об овощах - <http://www.prozagadki.ru/zagadki-pro-prirodu/zagadki-pro-ovoshhi/>
5. Физкультминутка - <http://www.razumniki.ru/fizkultminutki.html>
6. Информация о полезных свойствах овощей – С. Вохринцева «Окружающий мир. Овощи», дидактический материал, издательство «Страна фантазий».
7. Весёлая музыка для физминутки - <http://www.mp3ostrov.com>
8. Конкурс «Вершки – корешки» - О.А. Новиковская «Вершки – корешки», издательство «Паритет», Санкт – Петербург, 2006г.