

Смачна есці, ці Стравы беларускай кухні

Класная гадзіна ў 4 класе

В. М. Назаранка,
настаўнік пачатковых класаў вышэйшай катэгорыі
Стрыгінскай СШ Бярозаўскага раёна

Тэма. Беларуская кухня

Мэты. Пазнаёміць з асаблівасцямі беларускай кухні, фарміраваць навыкі культуры харчавання; садзейнічаць выхаванню любові да роднай зямлі.

Абсталяванне: ручнікі, абрусы, запіс на дошцы "Чалавек галодны – ні на што не годны", стравы, якія прыгатавалі бацькі (з бульбы, каша, вінегрэт, кісель), крыжаванка, мазаіка "Смачна есці", садавіна і агародніна, маршрутныя лісты.

Форма правядзення: квэст.

Ход мерапрыемства

Настаўнік. Добры дзень, дарагія госці, матулі і дзеці. Запрашаем вас у нашу беларускую хату паспрабаваць нашу беларускую страву, карысную для здароўя. Дэвізам нашага квэста будзе сёння прыказка "Чалавек галодны – ні на што не годны". Як вы яе разумееце?

Для правядзення нашага квэста нам патрэбна падзяліцца на групы. (Дзеці дастаюць з торбачкі лісток з нумарам групы)

Настаўнік тлумачыць правілы праходжання прыпынкаў. На кожным прыпынку дзяцей чакаюць бацькі, якія раскажваюць пра стравы беларускай кухні, задаюць дзецям пытанні, адзначаюць у маршрутным лістку аб праходжанні прыпынку.

Прыпынак "Бульбяны"

- Я хачу пазнаёміць вас з адным з асноўных прадуктаў харчавання беларусаў. Што гэта за прадукт вы мне падкажаце самі, калі адгадаеце загадку.

Славен край наш ёй здаўна,
Трыста розных страў яна.
На сталe любой парой
Нам жаданай смакатой.

- Так – гэта бульба. Бульбу ў Беларусі называюць другім хлебам, таму што

яна корміць мільёны людзей. Беларусы часта называюць бульбашамі. Нам зараз нават цяжка паверыць, што бульба і блюда з бульбы вядомы нам не так даўно. Яшчэ 400 гадоў назад беларусы не ведалі такой расліны і, канешне, не ўмелі гатаваць з яе ежы. Прайшлі гады і нашы продкі навучыліся гатаваць самыя

розныя стравы з бульбы. Мала знойдзеца людзей, якія не любяць страву з бульбы. Нават малыя дзеці змогуць прыгатаваць вараную ці смажаную бульбу. Але з яе можна прыгатаваць яшчэ вельмі многа розных страў. Напрыклад, гэта могуць быць дранікі, фаршыраваная бульба, пюрэ, клёцкі, запяканкі, бульба печаная. Самай карыснай лічыцца печаная бульба або бульба звараная ў параварцы. Смачныя чыпсы ці бульба фры, якія вы любіце, лічацца не самымі карыснымі. Бульба таксама з'яўляецца адным з інгрэдыентаў у многіх салатах, гарнірах, закусках і другіх смачных стравах.

Сёння я вам прыгатавала наступныя стравы... (расказае рэцэпт)

- А цяпер адкажыце на мае пытанні.
- ✓ Якія стравы з бульбы вы ведаеце?
- ✓ Чаму бульбу называюць другім хлебам?
- ✓ Як часта называюць беларусаў?

Прыпынак "Гаршчок вары"

- Дзеці, вы прыбылі на прыпынак "Гаршчок вары", як вы думаеце, аб чым я

хачу вам сказаць? Так, малайцы, гэта каша.

Каша з даўніх часоў займала важнае месца ў харчаванні людзей. Яна з'яўлялася адной з асноўных страў як бедных людзей, так і багатых. Падыміце рукі той, хто не еў ні разу кашы. А якую кашу вы любіце? А з чаго вараць кашу?

Кашу вараць з круп. Кашы ўтрымліваюць вялікую колькасць пажыўных рэчываў, якія добра засвойваюцца арганізмам, таму кашу патрэбна есці найлепш раніцай, калі наш арганізм толькі прачынаецца. Вучоныя даказалі, што каша з грэцкіх круп карысна для сэрца, аўсянка абараняе клеткі ад старэння і служыць для прафілактыкі захворвання страўніка і кішэчніка. Прасяная каша надае чалавеку сілы і энергіі. Сёння я вам прыгатавала кашу "_"

(расказ аб прыгатаванай кашы)

- Давайце пагуляем у гульню. Адгадайце, якія крупы насыпана ў торбачку.

(У розных торбачках ляжаць грэчка, проса, пярлоўка, манка, рыс. Дзеці апускаюць руку ў торбачку і пазнаюць крупы).

- А зараз я хачу паглядзець, якія вы ўважлівыя слухачы.
- ✓ Чаму каша карысная ежа?
- ✓ З чаго вараць кашу?
- ✓ Якія прадукты я выкарыстала, каб зварыць кашу? Малайцы!

Прыпынак "Вітамінны"

- Рада вітаць вас на прыпынку "Вітамінны". Як вы думаеце, чаму ён так называецца? Правільна, малайчынкі.

✓ А навошта патрэбны чалавеку вітаміны? (Каб быць здаровымі)

- Садавіна і агародніна, якую вы бачыце на стале, утрымлівае ў сабе многа

вітамінаў і мінералаў так патрэбных кожнаму чалавеку для здароўя.

Сёння я хачу вам расказаць пра капусту. Адною з самых вялікіх якасцей капусты з'яўляецца яе магчымасць захоўваць на працягу 7-8 месяцаў вітамін С. Такімі якасцямі не валодае ні адна іншая агародніна. З капусты робяць многа блюд. Яе варяць на першае, з яе гатуюць гарніры, робяць салаты. А якія смачныя з капустай атрымліваюцца бліны і пірагі. На зіму мы капусту квасім. З квашанай капусты гатуюць таксама вельмі многа розных блюд.

Сёння я для вас прыгатавала свой любімы салат "Вінегрэт" .

А якія прадукты ўваходзяць у яго склад вы даведаецеся, калі адгадаеце мае загадкі.

Была маладою

З зялёнай касою...

Ад роду такая

Сярдзітая, злая.

Сядзіць сярод градкі,

Ахутана ў латкі,

Рудая бабуля,

Завецца... (цыбуля)

Сакавіты, круглаваты

Здаравяка гэты,

Нам патрэбен на салаты

І на вінегрэты. (Бурак)

Круглы ён, але не мячык.

Есць нага, але не скача.

Шмат лістоў, але не сшытак,

Апрануў паўсотні світак. (Качан капусты)

Славен край наш ёй здаўна,

Трыста розных страў яна.

На сталі любой парой

Нам жаданай смакатай.(Бульба)

- А цяпер адкажыце на мае пытанні.

✓ Чаму патрэбна кожны дзень ужываць у ежу садавіну і агародніну?

✓ Што новага вы даведаліся пра капусту?

Прыпынак "Таямнічы куфар"

- Рада вас вітаць на самым таямнічым прыпынку. Вам, напэўна, усім цікава, а

што знаходзіцца ў гэтым куфары? Як вы думаеце, што там можа быць?

- Каб праверыць вашы меркаванні патрэбна разгадаць крыжаванку "Беларуская кухня". Словы *смажанка, бліны, мядзведзь, дранікі, вінегрэт, клёцкі* патрэбна ўпісаць у адпаведныя клеткі, каб у выдзеленым слупку на вертыкалі магчыма было б прачытаць назву стравы, якая знаходзіцца ў таямнічым куфары.

