**Конспект занятия по программе «Разговор о правильном питании»**

**(«Две недели в лагере здоровья»).**

***Тема:*** *Как правильно вести себя за столом.*

 ***Цель:*** *Сформировать навыки поведения за столом во время еды, навыки пользования*

 *столовыми приборами.*

***Задачи:***

1) Сформировать представление о правилах поведения за столом во время еды, необходимости соблюдения этих правил, как проявление уровня культуры человека.

2) Расширить представление детей о предметах сервировки стола (столовых приборах и столовой посуде), правилах сервировки праздничного стола.

3) Обогатить словарный запас через разъяснение лексического значения слов.

4) Формировать коммуникативные умения через групповую работу.

5) Развивать навыки итогового контроля через проведение проверки результатов самостоятельной работы.

6) Развитие мыслительных операций (анализ, синтез, сравнение, обобщение) через разрешение проблемной ситуации.

7) Развивать познавательную мотивацию детей через использование частично-поискового метода.

***Оборудование:***

Класс оборудован под кафе. Дети сидят в группах (3группы) за столами. Столы сервированы.

***Ход урока.***

***Вводная часть урока.***

1. Мотивация. Организационный момент.

- Сегодня наш урок проходит в необычной обстановке. Мы с вами находимся в кафе. ----Все вместе мы поговорим на важную для каждого из нас тему. О чем пойдет речь, вы сейчас поймете сами, прослушав сатирический рассказ «Семь бед - один обед, или битва с пищей».

2. Чтение рассказа в лицах подготовленного ученика.

***Семь бед – один обед, или битва с пищей (сатирический рассказ).***

 Гости собрались, подарки вручены, добрые слова сказаны, на столе вкусные вещи.

-«Садитесь, пожалуйста!»- приглашает хозяйка. Все занимают свои места, и тут…

Что же случилось?

Послушаем репортаж…

Внимание, внимание! Наш микрофон установлен в квартире, где состоится праздничный обед в честь именинницы Милочки. Празднично накрыт стол. Гости держатся непринужденно. Все веселы и радостны. Их пятеро – лучших Милочкиных друзей: Рита и Вита, Коля и Оля, и еще крайне воспитанный мальчик Стас.

Итак, все друзья за столом. Начался праздничный обед.

Моментально приходит в движение вся посуда, тарелки становятся летающими.

Бах! Кто-то упал со стула, не выдержав напряжения момента.

Коля судорожно сжимает в кулаке ложку, словно это кувалда. Что он собирается предпринять? Он пытается выловить скользкую рыбешку ложкой. Ай-я-яй! Коля роняет ее в мороженое.

Оля подносит ко рту переполненный стакан с соком, из которого торчит ложка. И тут раздается душераздирающий крик. Оля угодила ложкой себе в глаз. А томатный сок оказался на белой Милочкиной юбке.

Героическая девочка Милочка пытается рассказать что-то гостям, набив рот одновременно колбасой, сыром и печеньем.

Крайне воспитанный мальчик Стас с другого конца стола, налегая на него всем телом, тянется с грозным оружием – вилкой в руках. Стас пытается вилкой зацепить лакомый кусочек мяса, но почему-то его вилка направлена прямо в глаз Милочке.

Опасный момент! Рывок! Фу! Опасность миновала. Милочка цела! А Стасу каким-то чудом удалось зацепить свою добычу. Правда, он опрокинул соусник и залез рукавом в салат.

Наверное, вы слышите сопение и чавканье? Это Рита поедает аппетитный салат. Этот процесс требует от нее большого напряжения.

 А вот Вита уже закончила трапезу. Она сыто выходит из-за стола, задевая свою тарелку.

Бац! Тарелка вдребезги! И все содержимое тарелки: огрызки, кости, мятые салфетки, остатки пищи - все это живописно легло на полу.

Битва с пищей подходит к концу.

Живописный пейзаж после битвы открылся восхищенному взору. Скатерть белая залита красным соком, надкушенные огурцы торчат из бокалов. Рыбешки плавают в растаявшем мороженом.

Здорово потрудились ребята!

3. Беседа.

-Расскажите о своих впечатлениях по поводу прослушанного.

-Так какую же проблему поднял автор в рассказе?

-Значит о чем мы сегодня поговорим?

(Открывается или записывается тема на доске: Поведение за столом во время еды.

-Сегодня для себя мы определим, как вести себя за столом во время приема пищи, выработаем правила поведения за столом.

4.Игра-рассуждение «Если я буду так же,…то…».

-А начнем с того, что определим, для чего нам необходимо правильно вести себя во время еды.

 (На доске вывешивается табличка: *Для чего нужно выполнять правила* *поведения за столом.*

-Поможет нам в этом игра-рассуждение «Если я буду так же, то…». Вспомните поведение героев рассказа за столом и порассуждайте о последствиях такого поведения.

В своих рассуждениях используйте опорные слова «Если я буду так же, то…».

-После каждого рассуждения учитель спрашивает.

-Хотите ли вы навредить своему здоровью?

-Так для чего мы должны правильно вести себя за столом во время еды?

(На доске вывешивается табличка: *1) Чтобы не навредить своему здоровью.*

-Хотите ли вы выглядеть смешно, нелепо?

-Так для чего еще нужно правильно вести себя во время еды?

(На доске вывешивается табличка: *2) Чтобы не выглядеть смешным.*

Далее появляются так же таблицы: 3) Чтобы не испачкать одежду.

 4) Чтобы не разбить, не испортить посуду.

 5) Чтобы не мешать другим во время еды.

 6) Экономия продуктов питания.

Вывод:

-Теперь вы понимаете, что правила поведения за столом во время еды выполнять важно и необходимо.

***Основная часть урока*** (формирование новых понятий и представлений).

1)Вступительное слово учителя.

- Об этом люди стали говорить очень давно. Первые правила поведения возникли в древности. Эти правила стали частью этикета. Этикет – общепринятый порядок поведения (на доске и прочитывается учителем). Послушаем доклад о возникновении правил этикета.

*2)Доклад№1* (доклад подготовила Жукова Аня).

Родиной этикета считается Древний Рим. Культура поведения за столом в Древнем Риме была на высочайшем уровне. Например, уже в те времена древние римляне пользовались салфеткой. А вот правила этикета средневековой Франции позволяли дворянам во время приема пищи держать при себе породистых собак. Остатки еды прямо со стола они бросали четвероногим, а затем об шкуры собак вытирали жирные руки.

В России правила этикета, в том числе правила поведения за столом появились очень давно. Но только при Петре Первом они стали обязательными для дворян. По велению Петра Первого его друг и сподвижник Яков Вилимович Брюс составил пособие для обучения и воспитания детей дворян. Этот учебник называется «Юности честное зерцало, или Показания житейскому обхождению». Учебник был издан в Санкт-Петербурге в 1717 году. За нарушение установленных правил, провинившийся, ко всеобщему веселью присутствующих, был обязан выпить «большого орла» - кубок с изображением российского государственного герба, до краев наполненный крепким вином.

- Вот что там было сказано о поведении за столом.

*3)Доклад № 2* (доклад подготовил Беляев Антон).

-Не хватай первым блюда и не дуй в жидкое, чтобы везде брызгало. Не сопи, егда яси (когда ешь).

-Когда что тебе предложат, то возьми часть из того, прочее отдай другому.

-Руки твои да не лежат долго на тарелке, ногами везде не мотай, не утирай губ рукою и не Пий, пока пищи не проглотил.

-Не облизывай перстов и не грызи костей, но обрежь ножом.

-Хлеба, приложа к груди, не режь. Ешь, что перед тобой лежит, а инде (другого) не хватай.

-Над ествою не чавкай, как свинья, и головы не чеши. Не проглотив куска, не говори.

-Около своей тарелки не делай забора из костей, корок хлеба и прочего.

-Неприлично руками по столу везде колобродить, но смирно ести. А вилками и ножиком по тарелкам, по скатерти или по блюду не чертить, не колоть и не стучать, но должно тихо и смирно, прямо, а не избоченясь сидеть.

- Смешно нам сейчас такое читать?

- Смешно, а все-таки поучительно.

4) Составление детьми правил поведения во время еды (групповая работа).

-Ну, а сейчас вы попробуете составить современные правила поведения за столом во время еды. В этом вам поможет книга «Две недели в лагере здоровья» Стр.68-69.

- Работаем в группах по столам. Найдите задание №1. Прочитав стихи, вы должны определить свое поведение в данной ситуации и вывести правило. Правило коротко запишите на альбомном листе.

Самостоятельная работа детей в группах.

- Проверим, как вы справились с заданием. Представитель от каждой группы зачитает, какие правила его группа составила.

- Сравните правила, которые вы составили с современными правилами этикета.

(На доске открываются правила поведения за столом).

а) Ешь молча.

б) Не торопись, тщательно пережевывай пищу.

в) Ешь в меру.

г) Ешь аккуратно, не пачкай руки и одежду.

д) Пользуйся салфеткой.

е) Не занимайся посторонними делами во время еды (чтением, игрой и т.д.).

- Какие правила еще существуют в этикете?

5) Сообщение сведений о столовых приборах.

- Поведение за столом включает в себя еще умение пользоваться столовыми приборами.

(На доске: Столовые приборы – принадлежности, предназначенные для еды.).

Учитель показывает на запись указкой и прочитывает ее.

- Какие столовые приборы вы знаете?

- В наши дни вилка, нож и ложка при еде необходимы и есть в каждом доме. А когда-то, в 16 веке, это было новомодным изобретением. Вилку, сделанную из золота и слоновой кости, можно было встретить только в очень богатом доме. Нам очень повезло, что у нас есть и вилки, и ножи, и ложки. Только надо уметь правильно пользоваться всем этим богатством и использовать столовые приборы по назначению.

***Заключительная часть урока (формирование навыков).***

 1)- Игра «Что чем едят» покажет, знаете ли вы, какие блюда едят ложкой, вилкой, а какие -вилкой и ножом.

- Играем в группах по столам. На ваших столах таблички с изображением одного из выше названных столовых приборов и карточки с названием различных блюд.

Каждая группа выбирает названия тех блюд, которые соответствуют вашему столовому прибору.

- Проверим результат вашей работы.

- Представитель группы называет столовый прибор и блюда, которые, по мнению группы, едят данным столовым прибором. Все слушают и потом говорят, согласны они или нет, и почему.

2) Сервировка стола.

- Ребята, мы сейчас с вами выполнили очень большую работу, определив, как надо вести себя за столом во время еды и почему это важно. Но наверно человеку будет приятнее есть и легче выполнять правила этикета, если этому способствует окружающая обстановка, эстетический, аккуратный вид помещения, сервировка стола.

На доске: Сервировка стола – убранство стола.

Лексическая работа.

3) Упражнение «Исправь ошибку».

- Посмотрите. Как чисто и уютно в нашем кафе. В такой обстановке приятно будет выпить чаю. Но вот сервировка стола к чаю выполнена неправильно.

-Исправьте ошибку в сервировке.

Дети добавляют недостающие предметы сервировки и убирают лишние.

***Подведение итогов урока.***

- Молодцы, ребята, наши столы готовы к чаепитию.

- Нам осталось только подвести итог нашей работы.

- Что вы сегодня для себя взяли из нашего занятия?

- Постарайтесь во время чаепития не забывать о культуре поведения за столом.

***Домашнее задание.***

-Все вы читали вредные советы Г.Остера.

-Попробуйте дома с помощью родителей придумать свой вредный совет о поведении за столом для детей, которые любят делать всё наоборот.

***Дополнительный материал***.

1)Пословицы:

С поста не мрут, а от обжорства мрут.

Сладко естся, так плохо спится.

Чистая вода – для хвори беда.

Званому гостю – первое место.

Люби дома, что захочешь, а в людях, что дают.

Ешь калачи, так побольше молчи.

Ешь пирог с грибами, так держи язык за зубами.

Когда я ем, я глух и нем.

Поспешишь – людей насмешишь.

Хлеба к обеду в меру бери, хлеб драгоценность, им не сори.

2)Вредные советы (дети придумали с помощью учителя можно дать после того, как дети самостоятельно вывели правила поведения за столом во время еды.

- Некоторые дети делают все наоборот, мы им хотим дать вредные советы.

Ешь быстрее за столом, Поедая завтрак мамин,

Все глотай, как львица. Книгу взять не позабудь.

Не печалься, что при том Ведь вкусней печенье,

Можешь подавиться. Если рядом чтение.

Если руки за обедом

Вы испачкали салатом

И стесняетесь о скатерть

Пальцы вытереть свои,

Опустите незаметно

Их под стол, и там спокойно

Вытирайте ваши руки

Об соседские штаны.

Если ты на дне рожденья

За столом сидишь у друга,

Все хватай без промедленья

Фрукты, пряники и торт.

Выбирай куски побольше

И скорее ешь руками.

Восхищенно все тут скажут:

«Вот хороший аппетит.

Если в школьную столовую

На обед идешь. Скорей

Позови свою подругу

Вместе будет веселей.

Сколько фильмов, анекдотов,

Сплетен можно обсудить,

Ведь зачем в обед впустую

Столько время проводить.

Если хочешь за обедом

За столом сидеть один,

То займи побольше места,

И раздвинь пошире локти,

Под столом болтай ногами,

 головой.

Вот тогда ты убедишься

Что никто не сядет рядом,

Вот тогда ты насладишься

В одиночестве едой.