

Игры для умников и умниц. Конкурс к празднику 8 марта.

*Составила: Буцанец Татьяна Николаевна
Учитель начальных классов
Школа 409
Город Пушкин.*





**Сегодня мы будем готовить
винегрет.**

- «Винегрет-холодная закуска из мелко нарезанных вареных овощей с луком и квашеной капустой, заправленная маслом и солью».**

Никаких продуктов у наших участников пока нет - им предстоит зарабатывать овощи в наших конкурсах знатоков кулинарии . Когда будет собрано все необходимое, они приступят к приготовлению этого чудесного блюда . Кто быстрее угостит зрителей винегретом – тот ПОБЕДИТЕЛЬ.

Коварное условие –за каждый конкурс победитель получает 2 единицы продукта, а проигравший на 1 больше.



1 конкурс.

**Национальные блюда
(приз-свекла)**

Выберите один правильный ответ из
3 предложенных. Что такое:

1) Ботва

Холодный

Тушеная

Яблочный

+



2
ч
с
с
+



СВЫ

Каурмо шурбо

- 1) Шап
- 2) Селе
- 3) Суп

+



Самб

1) моче

2) пиро

3) пече



ехов



ЭТ

1)В

2)П

3)П

+





РИТ

1) Пир

2) Мал
пироз

3) Сал

+



Ла

1) Ла

2) По

3) На

+



ядины



Катл

1) Тул

2) Ле

3) Зап

+



2 конкурс-витамины . (приз - картофель)

Команды выбирают любой витамин (А,В,С) и называют продукты,содержащие их.



Витамин А

- Он обеспечивает нормальное состояние кожи и слизистых оболочек, улучшает зрение, повышает сопротивляемость организма в целом.
- Продукты Печень говяжья - Печень свиная - Масло сливочное - Печень телячья - Сметана - Творог (нежирный) - Творог жирный - Сельдь - Молоко - Морковь - Зелень петрушки - Щавель, рябина - Шпинат - Салат - Чернослив - Тыква - Помидоры - Горох - Грибы лисички - Персики - Абрикосы - Капуста белокочанная - Фасоль зеленая в стручках - Слива - Ежевика Горошек зеленый

Витамины группы В.

- **Витамины В объединены в одну группу не напрасно. Все эти вещества участвуют в работе центральной нервной системы, в передаче нервных импульсов в мозг и в работе самого мозга. В первую очередь их нехватка сказывается на состоянии нервной системы и на психическом здоровье. Однако, у каждого витамина В есть свои «индивидуальные» особенности и свое личное «рабочее место» в организме человека.**

-

- **Витамин В:** дрожжи, молоко, ростки пшеницы, каша из цельных зерен, йогурт.
- **Источники витамина В1:** спаржа, ячмень, бобы сушеные, пивные дрожжи, молоко, овес, хлеб крупного помола, цельные зерна пшеницы.
- **Источники рибофлавина:** миндаль, яблоки, бобы (сушеные), бобы (зеленые), говядина пивные дрожжи, брокколи, капуста, сыр, яйца, лук-порей, печень, молоко, горох, картофель, помидоры, репа, цельные 'зерна пшеницы.
- **Источники витамина В6:** пивные дрожжи, желток яйца, печень, молоко, хлеб крупного помола, каши из цельных зерен.
- **Источники никотинамидов (ниацина, никотиновой кислоты):** пивные дрожжи, молоко, соя, ростки пшеницы, каша из цельных зерен.
- **Источники пантотеновой кислоты:** пивные дрожжи, желток яйца, почки, печень, молоко (сухое), арахис, каши из цельных зерен.
- **Источники фолиевой кислоты:** пивные дрожжи, печень.
- **Источники иноситола, холина, бeатина:** молоко (сухое снятое), ростки пшеницы, каша из цельных зерен, дрожжи, йогурт.

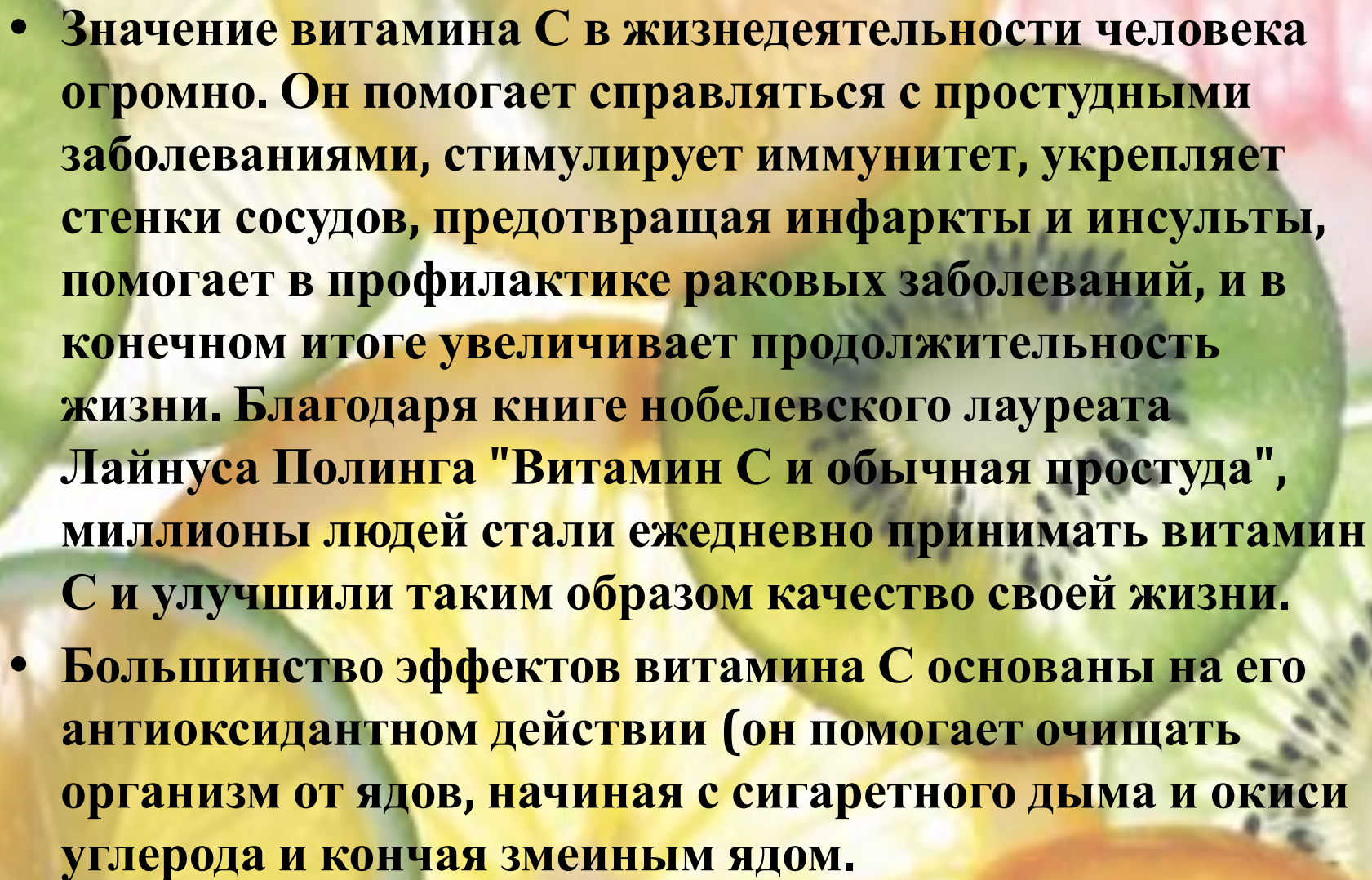


vitamin C

us fruits, green peppers, strawberries,
atoes, broccoli and sweet and white
atoes are all excellent food sources of
min C (ascorbic acid)

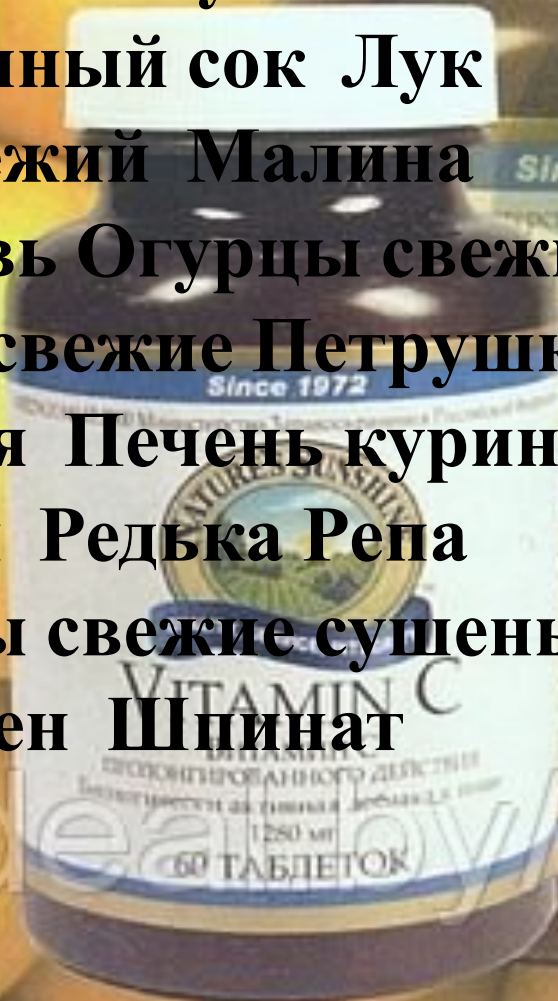
Витамин С




- 
- **Значение витамина С в жизнедеятельности человека огромно. Он помогает справляться с простудными заболеваниями, стимулирует иммунитет, укрепляет стенки сосудов, предотвращая инфаркты и инсульты, помогает в профилактике раковых заболеваний, и в конечном итоге увеличивает продолжительность жизни. Благодаря книге нобелевского лауреата Лайнуса Полинга "Витамин С и обычная простуда", миллионы людей стали ежедневно принимать витамин С и улучшили таким образом качество своей жизни.**
 - **Большинство эффектов витамина С основаны на его антиоксидантном действии (он помогает очищать организм от ядов, начиная с сигаретного дыма и окиси углерода и кончая змеиным ядом).**

• Авокадо Ананас свежий Арбуз Бананы
Варенье Виноград Вишни свежие Горох
свежий Грейфрукт Капуста Клубника
Кукуруза Лимон и лимонный сок Лук
зеленый молодой Лук свежий Малина
Мандарины Мед Морковь Огурцы свежие
Перец зеленый Персики свежие Петрушка
Печень говяжья и телячья Печень куриная
Помидоры свежие Почки Редька Репа
Свекла Сельдерей Сливы свежие сушеные
Тутовая ягода Тыква Хрен Шпинат

<http://nsp.dealoy.ru>





**3 конкурс.
Что это?
(Приз-морковь.)**

**В течение 1 минуты ведущий
называет командам какие-либо
продукты. Задача участников:
указать ,что это . Например,
морковь-овощ, молоко- напиток ,
карась-рыба, греча-крупя.**



1 команда

Артишок

Чеддер

Сазан

Фисташки

Хурма

Баклажан

Бобы

Брусника

Бычки

Буженина

Овош

Сыр

Рыба

Орехи

Фрукт

Овош

Овош

Ягода

Рыба

Мясо



Виноград

Вобла

Вишня

Голубика

Рис

Пастернак

Палтус

Дыня

Кокос

Зельц

Ягода

Рыба

Ягода

Ягода

Крупа

Овоц

Рыба

Овоц

Орех

мясо

2 команда

Индейка

Квас

Кефаль

Кольраби

Корица

Кумыс

Петрушка

Арбуз

Рябчик

Киви

Птица

Напиток

Рыба

Овощ

Пряность

Напиток

Овощ

Ягода

Птица

Ягода

Лавровый лист

Лимонад

Шашлык

Пшено

Редька

Лимон

Клубника

Опята

Молоко

Карась

Пряность

Напиток

Мясо

Крупа

Овощ

Фрукт

Ягода

Грибы

Напиток

Рыба


4 конкурс.Ваш рецепт!

(Приз- лук.)

Если заглянуть в толковый словарь, то можно прочесть еще одно значение слова винегрет - беспорядочная смесь чего-либо, смешение разнородных предметов, понятий.

Предложите свой рецепт винегрета:

- Из песен**
- Из стихов**
- Из имен**
- Из фамилий и т. п. Выбирайте сами!**

A collage of various food items including vegetables, fruits, bread, and dairy products. The items are arranged in a dense, overlapping manner, creating a rich and colorful background. The text is overlaid on this background.

**Теперь собрано почти все
необходимое . Призы от спонсоров
: квашеная капуста и
растительное масло.**

Призы в студию , пожалуйста !



Мы подошли к финалу.

**Осталось самое главное:
приготовить винегрет на
скорость!**

**Команды выполняют задание,
угощают зрителей.**



МОЛОДЦЫ!!!



Спасибо
Большое!!!

