

***Работа выполнена в рамках
проекта: «Повышение
квалификации различных
категорий работников
образования и формирование у
них базовой педагогической ИКТ –
компетентности» по программе:
«Информационные технологии в
деятельности учителя –
предметника»***

***Работу выполнила:
Соколова Ирина Анатольевна***

***II– я квалификационная категория,
МОУ –открытая (сменная)
общеобразовательная школа № 5
Город Искитим,
Новосибирской области***

Основополагающий вопрос:

Роль фруктов и ягод в жизни человека

Вопросы учебной темы:

- 1** пищевая ценность свежих фруктов и ягод
- 2** группы фруктовых плодов
- 3** первичная обработка фруктов и ягод
- 4** использование в кулинарии
- 5** технология приготовления фруктового салата

Учебные предметы: ***обслуживающий труд***

Участники: ***ученики 7 класса***

*Фрукты и ягоды.
Приготовление блюд из
фруктов и ягод.*



Цели:

- *обобщить знания учащихся о фруктах и ягодах, их питательной ценности;*
- *познакомить с вариантами использования фруктов и ягод в кулинарии;*
- *учить технологии приготовления салата из фруктов;*

Знать:

- общие сведения о пищевой ценности фруктов и ягод;*
- назначение и правила первичной обработки фруктов и ягод;*

Уметь:

- проводить первичную обработку фруктов и ягод;*
- приготавливать из них фруктовые салаты.*

С незапамятных времен человек употребляет в пищу фрукты и ягоды. Это сочные съедобные плоды культурных и дикорастущих растений. Фруктовые плоды являются ценным продуктом питания. Они способствуют лучшему усвоению организмом всей потребляемой пищи. Свежие фрукты полезнее для питания, чем переработанные.

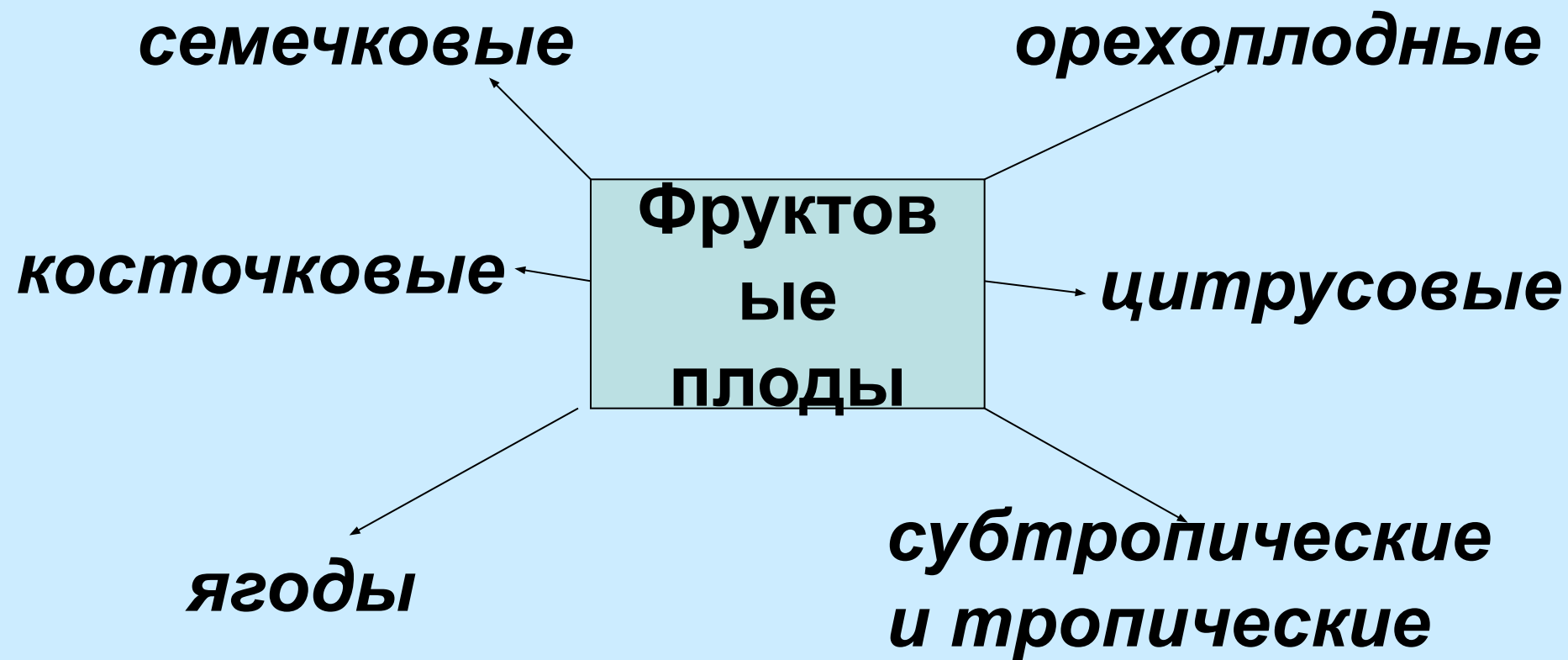


Пищевая ценность свежих фруктов и ягод

- **Углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза)**
- **Витамины (С, группы В, РР и др.)**
- **Минеральные вещества (железо, калий, кальций и др.)**
- **Органические кислоты (яблочная, лимонная, винная).**



Группы фруктов



Семечковые культуры

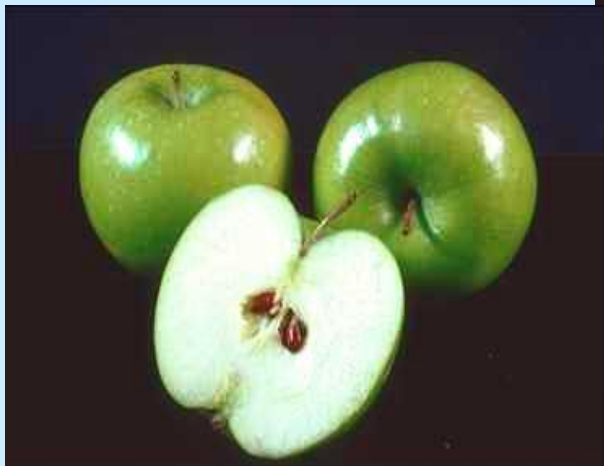
- **Яблоки**



- **Груши**



- **Айва**



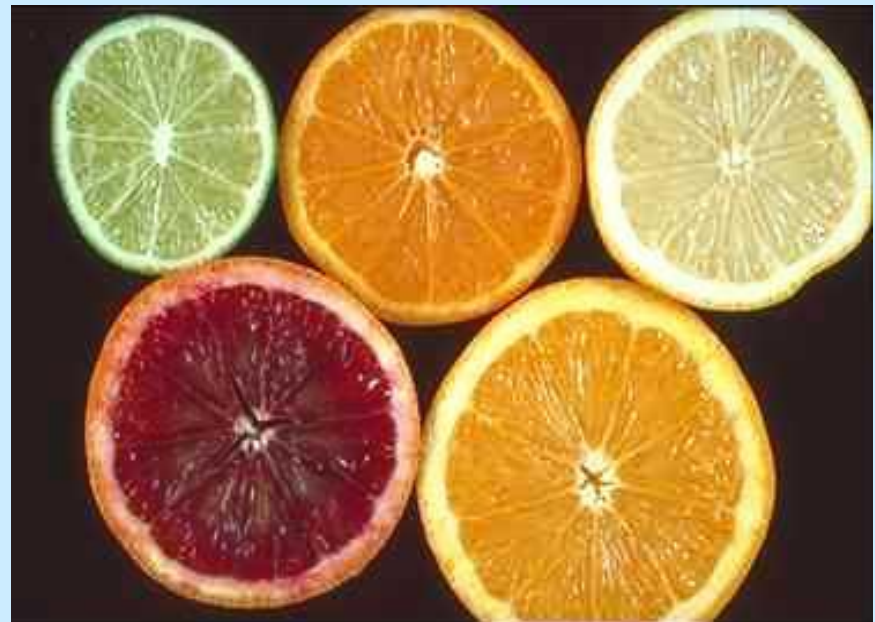
Косточковые культуры

- *Абрикосы*
- *Персики*
- *Слива*
- *Вишня*
- *Черешня*



Цитрусовые культуры

- **Апельсины**
- **Лимоны**
- **Мандарины**
- **Грейпфруты**



Субтропические и тропические

- ***Инжир***
- ***Гранат***
- ***Ананас***
- ***Банан***
- ***Маслины***
- ***Киви***



Орехоплодные культуры

- *Лещинские орехи*
- *Фундук*
- *Миндаль*
- *Фисташки*
- *Арахис*
- *Грецкие орехи*



Ягодные культуры



Ягодные культуры – большая группа многолетних кустарников, полукустарников и травянистых растений, дающих сочные плоды (ягоды).

Ягоды – это многосемянные плоды с тонкой кожицей и сочной мякотью (образуются в результате развития завязи).

Группы ягод

Ягода

Настоящая

- Смородина
- Крыжовник
- Виноград
- Черника



Сложная

- Морошка
- Костяника
- Ежевика
- Малина



Ложная

- Клубника
- Земляника
- Арбуз
- Дыня



Использование в кулинарии

- **В свежем виде**
- **Для приготовления сладких блюд (суфле, желе, пудингов и др.)**
- **Для приготовления напитков (компота, киселя и др.)**
- **Для консервирования (замораживание, сушка, приготовление варенья и др.)**
- **Для украшения блюд.**



Первичная обработка фруктов и ягод

- *Сортировка плодов*
- *Отбраковка плодов*
- *Промывка плодов*
- *Удаление несъедобных частей*
- *Промывка проточной водой*
- *Плоды подготовлены к дальнейшей обработке.*

Приятного аппетита

Салат-коктейль из свежих фруктов

Продукты:

Сливы – 10 г

Персики – 10 г

Груша – 10 г

Яблоки - 10 г

Апельсины – 10 г

Виноград – 10 г

Сметана – 15 г

Сахар – 10 г

Лимонный сок – 5 г

Приготовление:

Из яблок и груш удалить сердцевину и семена. Из слив и персиков удалить косточки. Апельсины очистить, разделить на дольки, удалить косточки. все фрукты нарезать дольками, переложить в посуду, добавить сметану, сахар, лимонный сок.

Как украсить блюдо



Итог урока

Урок был насыщен полезной информацией, которая вам пригодится в жизни. Работали на уроке вы активно, увлеченно, заинтересованно, заслуживаете соответственных результатов.