

Урок технологии 7 класс

«Приготовление обеда в походных условиях»

учитель Миллер Любовь Васильевна
МБОУ «СОШ № 46» г. Владимира

Цель урока:

- научить учащихся готовить обед в походных условиях.

Задачи урока:

- познакомить учащихся со съедобными дикорастущими травами;
- с правилами выбора места отдыха с природными источниками воды;
- научить обеззараживать воду в походных условиях;
- приготавливать салат из съедобных дикорастущих трав.

Содержание урока:

1. Подготовка к походу.
2. Инвентарь и посуда для похода.
3. Правила поведения в лесу.
4. Выбор места отдыха.
5. Использование воды.
6. Съедобные дикорастущие растения.
7. Типы костров.
8. Правила безопасности при варке пищи на костре.
9. Приготовление обеда на костре.
10. Вопросы для повторения.

Подготовка к походу

Отправляемся в поход.
Кто и что с собой возьмет?
Сваренные вкрутую яйца,
Бутерброды с колбасой,
Небольшой кусочек сыра
И бутылочку с водой.
Колбасу, кусочки хлеба,
Мы пожарим над костром.
Вот и праздничные блюда.
Угощайтесь всем столом.

Такое ли
меню
должно быть
в походе?

Походный режим питания:

- Трехразовое горячее питание.
- Разнообразие продуктов.
- Рациональное и сбалансированное питание.



Инвентарь и посуда:

- сумка-холодильник,
- термос,
- шампуры и вертела,
- походный котелок,
- кухонный нож,
- небьющаяся и не окисляющаяся посуда (тарелки, стаканчики, вилки и ложки),
- разделочная доска.



Правила поведения в лесу:

- Нельзя ломать ветки, загрязнять отходами пищи лесные опушки, берег реки, пляж.
- Не вырезать свои «автографы» на стволах деревьев.
- Не оставлять тлеющие угли, консервные банки, бумагу, битые бутылки. Собрать отходы и закопать их в землю.



Выбор места для отдыха:

- Выбрать удобную полянку, внимательно ее рассмотреть, желательно, чтобы не было муравейников.
- Костер для приготовления пищи разводят с подветренной стороны. Для приготовления ухи необходимо, чтобы пламя костра было не коптящим и не высоким; для шашлыков необходимы угли, для картофеля – зола.
- Место отдыха должно быть недалеко от водоема (озеро, река, ручей, родник).
- Окопать место для костра.
- Выкопать яму для мусора.



Использование воды в походе:

- Воду можно брать из колодцев и родников, природных водоемов - чистых рек и озер.
- Не рекомендуется употреблять воду в сыром виде.
- Обеззараживать воду путем кипячения или фильтрации через угольные фильтры.

Съедобные дикорастущие растения:

- крапива,
- листья молодых одуванчиков,
- подорожник,
- сныть,
- молодые подземные побеги пырея и мокрицы.



Правила употребления растений:

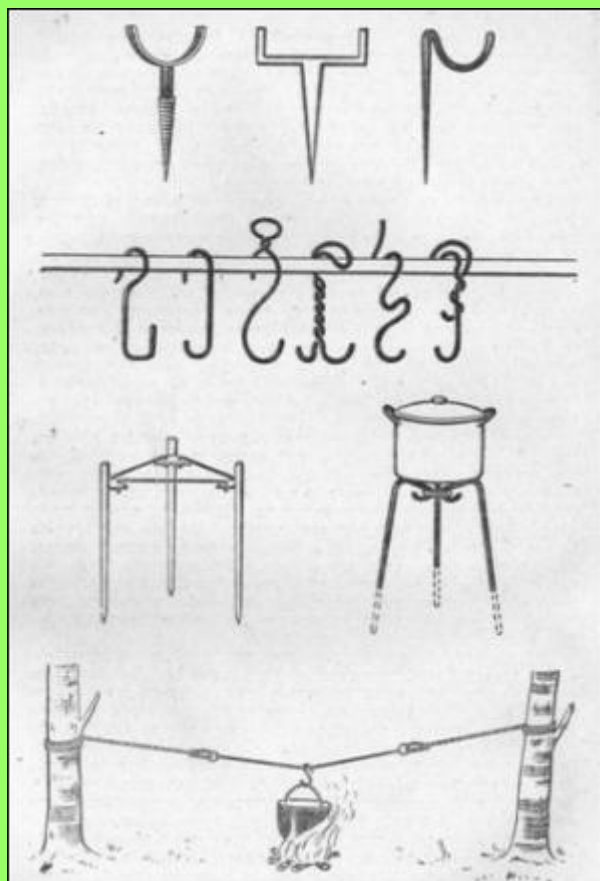
- Никогда не употреблять неизвестные вам растения.
- Никогда не срывать для еды травы, растущие у обочин дорог, железнодорожных магистралей, в садах, парках городов и расположенные ближе 20 километров от города.

Типы костров:

Рис. 1. Типы костров: а — «колодец»; б — «шалаш»; в — «звездный»; г, д и е — «табанный»; ж — «нодья».



Приспособления для приготовления пищи на костре:



Правила безопасности при варке пищи на костре:

- Ведро и котелки, висющие над огнем, передвигать или снимать, только предварительно надев рукавицу.
- Нельзя работать у костра без одежды, защищающей тело от ожогов.
- Нельзя ставить посуду с горячей едой на землю рядом с людьми. Ничего не подозревающие туристы могут случайно задеть ведро и обварить ногу. Ведро с приготовленной пищей должны либо висеть ближе к стойке (не над огнем), либо стоять на земле у самой стойки, “на виду”, либо размещаться на специально установленной перекладине на видном месте.
- Необходимо постоянно следить за костром.

Приготовление обеда на костре:

Сборный салат

- **Продукты:** мелко порубленные молодые листья одуванчика, крапивы (яснотки), подорожника и сныти - всего три горсти, зеленый лук, огурец и помидор.

Щи походные

- **Продукты:** картофель, сардельки, морковь, лук, крапива, специи.

Макароны по-флотски

- **Продукты:** макароны, тушенка говяжья, специи.

Чай на травах



Вопросы для повторения

1. Какую посуду и инвентарь необходимо взять в поход?
2. Как правильно выбрать место отдыха?
3. Как правильно пользоваться костром при приготовлении ухи, шашлыков, картофеля?
4. Как правильно обеззараживать воду?
5. Назовите дикорастущие травы, которые можно употреблять в пищу.

Спасибо за внимание!

Ссылки на картинки:

- <http://kamen-cho.narod.ru/lecy.htm>
- http://pohodik.com/v_pohodik/koster.php
- <http://www.ufatur.ru/html/posuda.html>
- <http://ledi.belki.info/interesnoe-o-krapive/>
- <http://www.vokrugsveta.ru/news/10142/>