

Авторы разработки:

Сабаева Светлана

Шкурина Мария

Фаст фуд

Занимаясь срочными делами и заботами, мы забываем о главном: о своем здоровье и счастье. Нам некогда заниматься спортом, нам некогда готовить здоровую пищу, нам даже некогда ее кушать. Тогда к нам на помощь приходит фаст фуд.

Термином «фастфуд» (англ. fast food) обозначают пищу, которую можно быстро приготовить, а клиенту — удобно и быстро съесть. Термин «фаст фуд» был впервые введен в словаре в 1951 году.

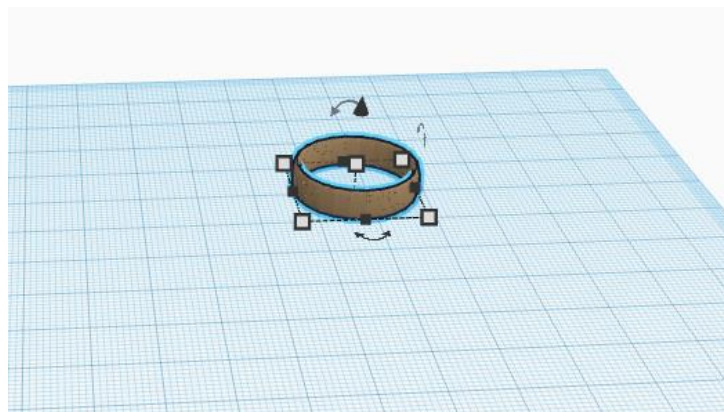
Сегодня мы с тобой попробуем сконструировать модель обеда в одном из ресторанов быстрого питания. Начнем?



1. Делаем стакан с апельсиновым соком

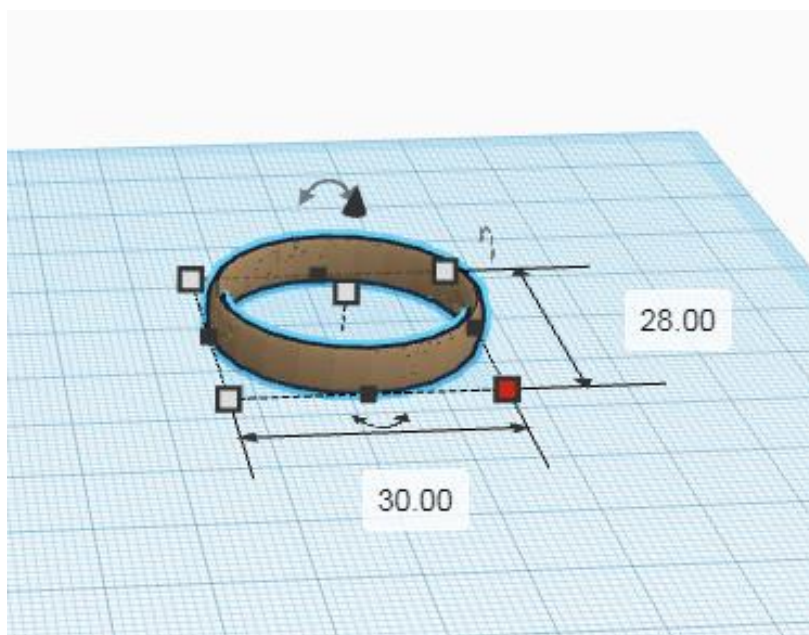
○ Стакан

1.1. Для модели стакана нужно выбрать справа фигуру кольцо. В меню она коричневого цвета. И перетаскиваем ее на рабочую плоскость. Примерно на то же место, что и на картинке.

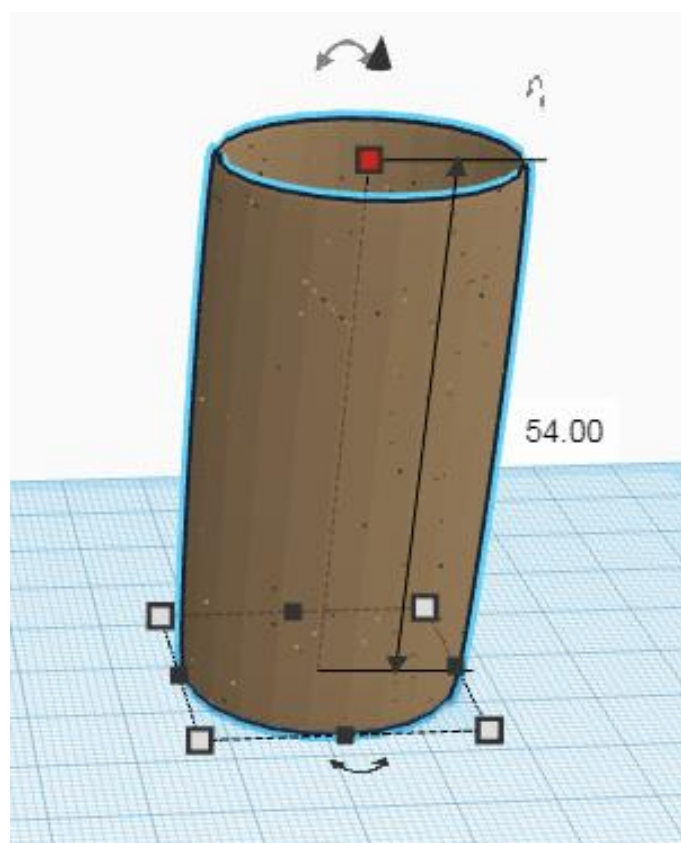


1.2. Далее нам нужно кольцо превратить в стакан. Для этого мы нажимаем на квадратик, который находится в левом нижнем углу и регулируем ширину и длину кольца (так же можно просто вбить цифры).

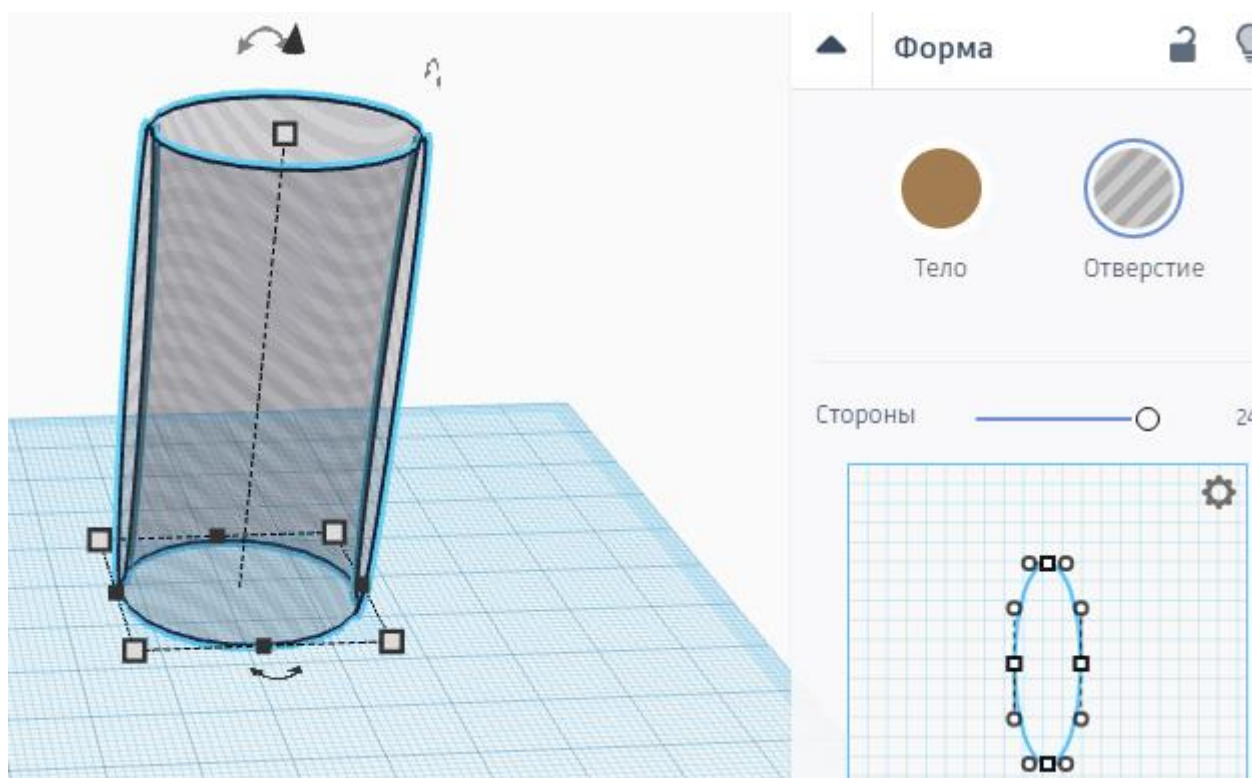
Длина цилиндра-30, ширина-28.



1.3. Теперь отредактируем высоту нашего стакана, для этого нажимаем на верхний квадратик. Она должна быть равна 54.

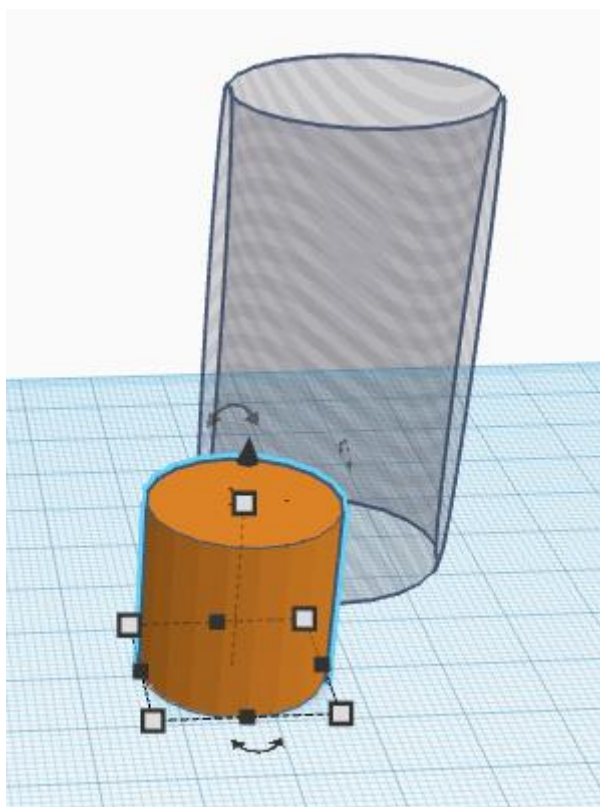


1.4. Чтобы наш стаканчик стал стеклянным, нам нужно нажать на кнопку «отверстие».

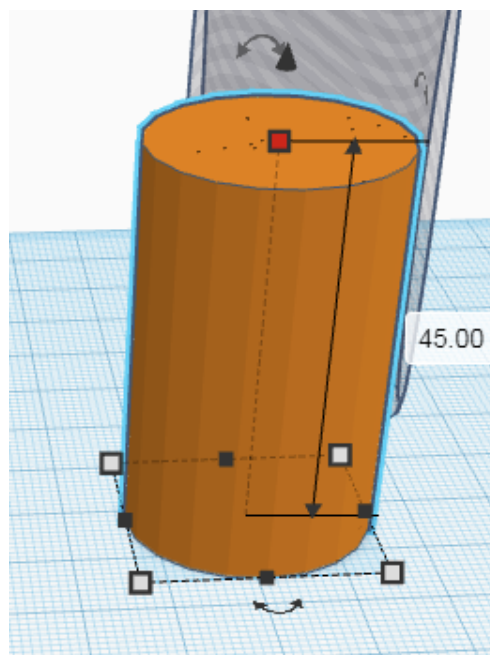
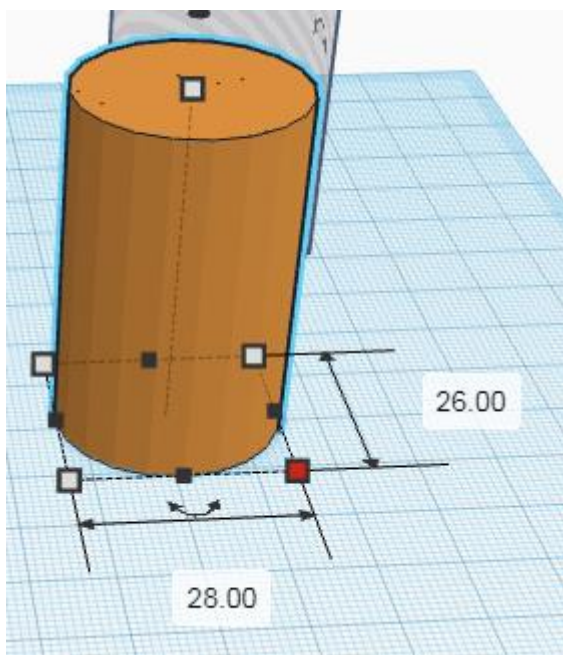


○ Сок

1.5 Чтобы «налить» сок в наш стакан, нам нужно справа выбрать форму цилиндр и перетащить ее на нашу рабочую плоскость.

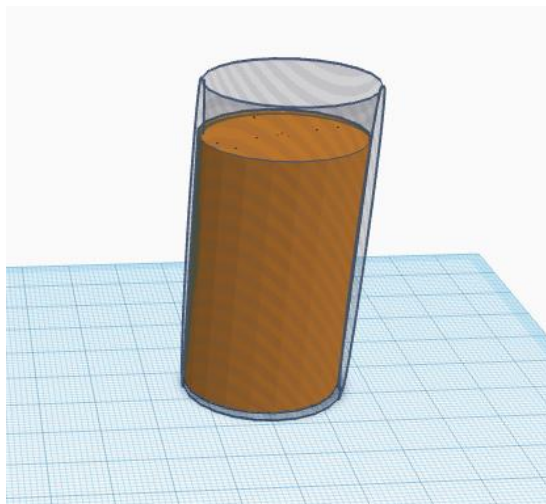


1.6 Регулируем длину (28), ширину (26) и высоту (45) цилиндра, чтобы он получился таким, как показано на картинках.



1.7. Теперь наполняем наш стакан апельсиновым соком, то есть переносим оранжевый цилиндр внутрь стеклянного.

Модель сока готова!



Почему же сок относится к фаст фуду и является вредным для нашего здоровья?

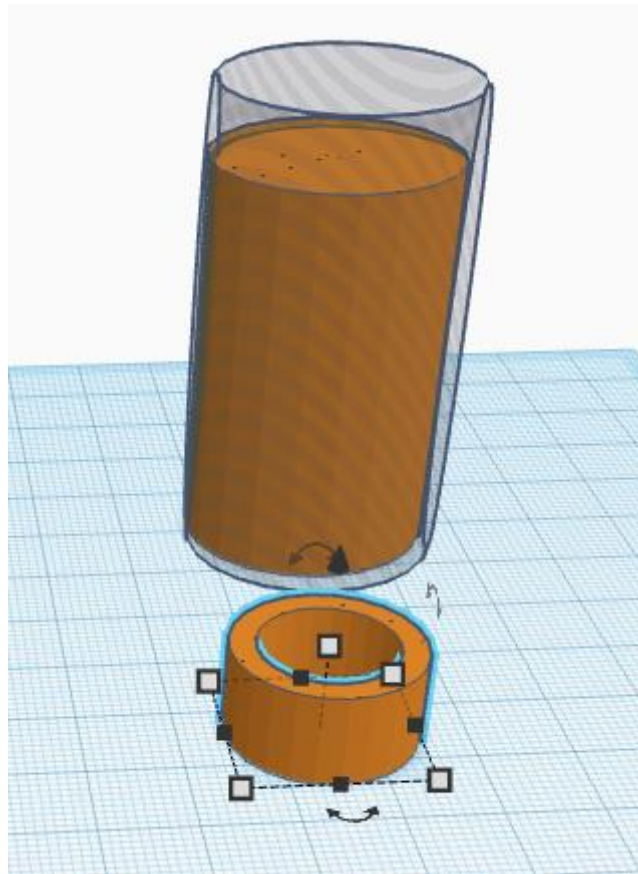
Упаковку сока легко найти в любом магазине. Выпить его можно где и когда угодно.

В соках чаще всего содержится 6 чайных ложек сахара на стакан воды, что даже больше, чем в кока-коле. Это чревато развитием сахарного диабета, ожирения, кариеса и пр. Поэтому сок можно пить лишь изредка, как альтернативу конфете или другой сладости. Тем более не стоит употреблять соки для утоления жажды, поскольку эффект будет в точности до наоборот.

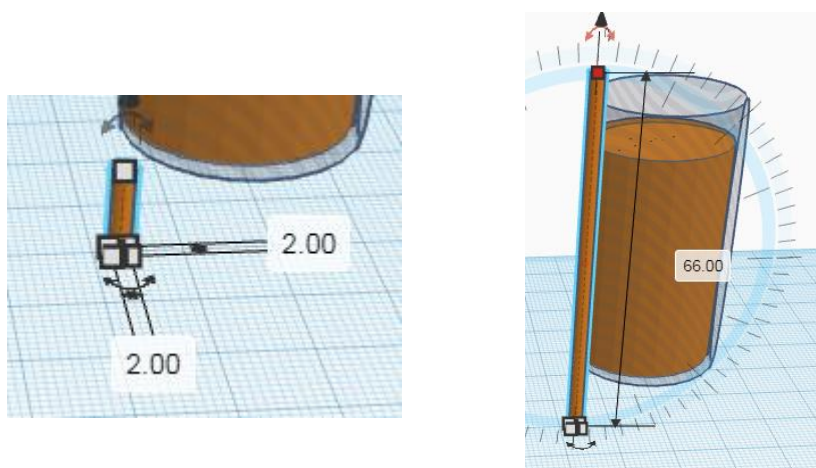
Чтобы от сока была польза, следует вымыть фрукт, выжать сок, и выпить его в течение 10 минут после приготовления. Пить маленькими глотками для лучшего усвоения и не более 150 гр в день. Почему? В одном стакане апельсинового сока, к примеру, 3-4 апельсина, естественным образом ребенок не может столько съесть, поэтому и выпить такое количество ему тяжело, да и не нужно.

○ Трубочка

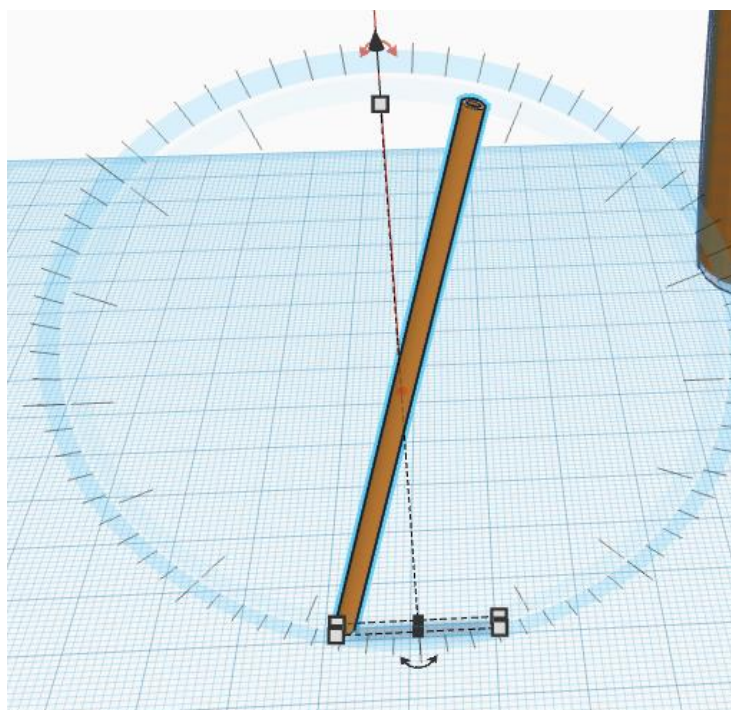
1.8. Трубочку для сока мы сделаем из фигуры труба, которую также можно найти справа. Она оранжевого цвета. Не забудь перенести ее на рабочую плоскость.



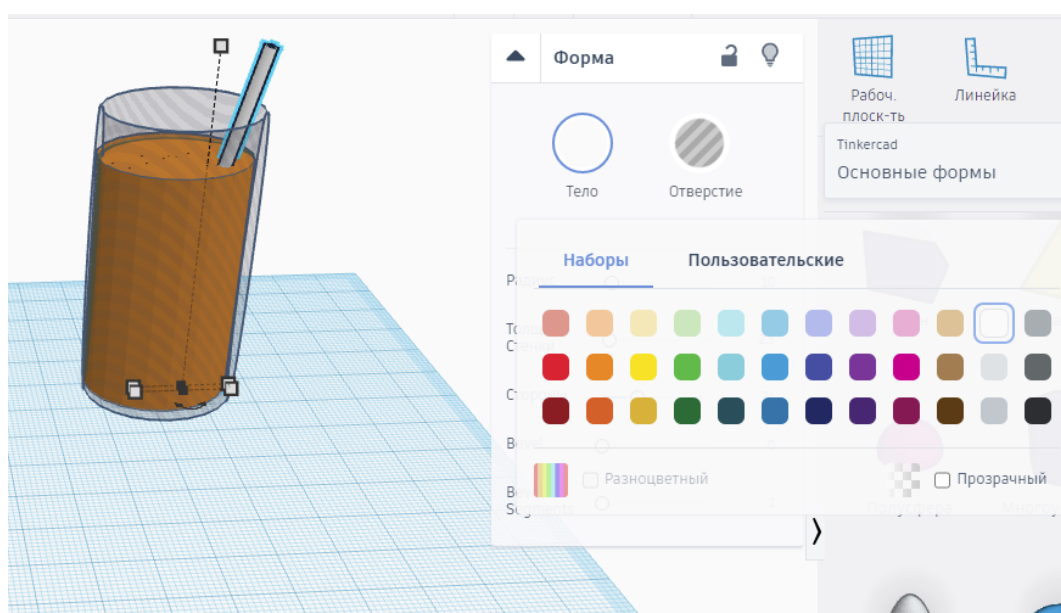
1.9. Аналогичным образом регулируем длину (2), ширину (2) и высоту (66) трубы



1.10 Наклоняем трубочку на 15 градусов вправо (беремся за полукруглые стрелочки сверху, и, не отпуская левой кнопки, передвигаем мышь до 15 градусов).



1.11 Справа сверху есть коричневый кружок, он позволяет перекрасить фигуру в другой цвет. Давай поменяем цвет трубочки на белый и перенесем её в стаканчик.

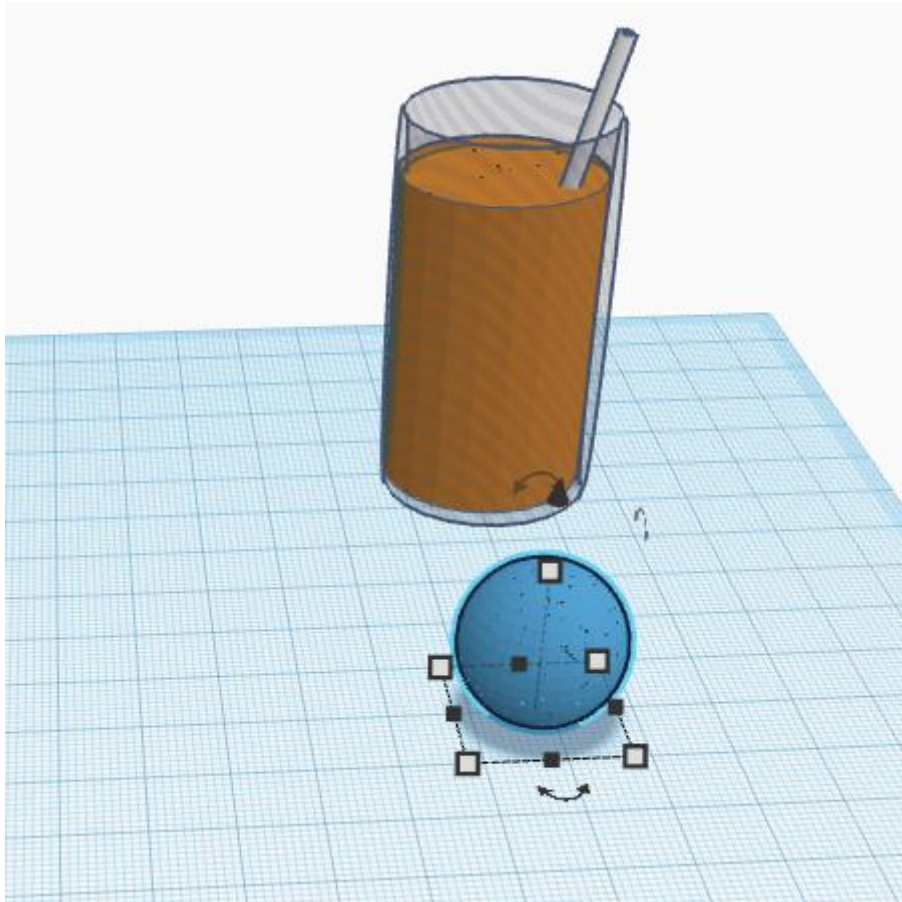


2. Делаем бургер

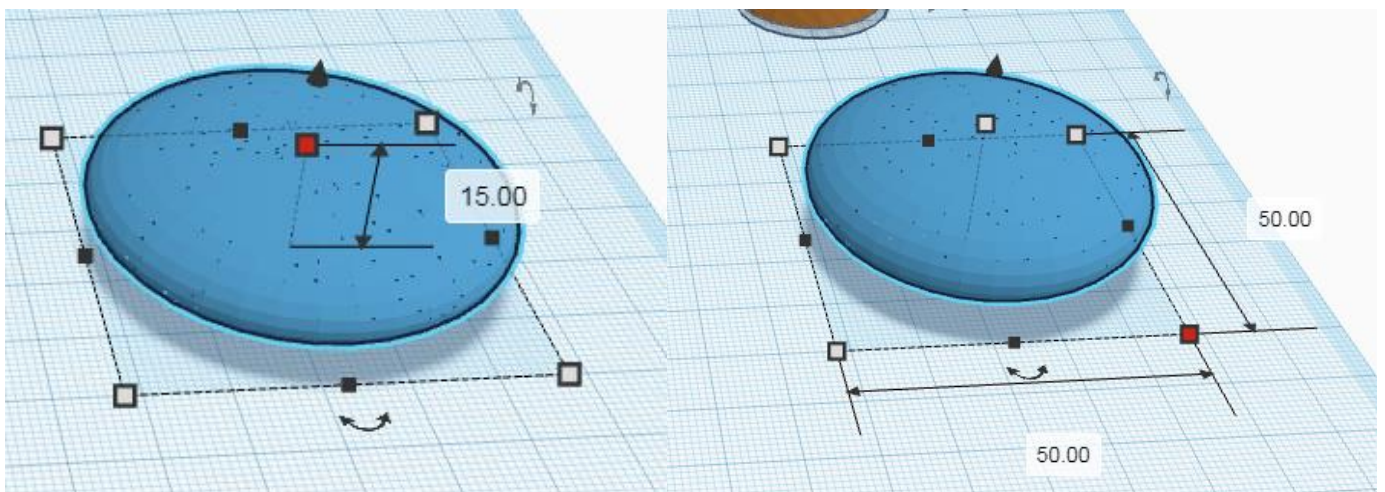
Бургеры стали знаменитыми в 1904 году, после того как были представлены общественности на всемирной выставке-ярмарке в американском городе Сент-Луис.

○ Нижняя булочка

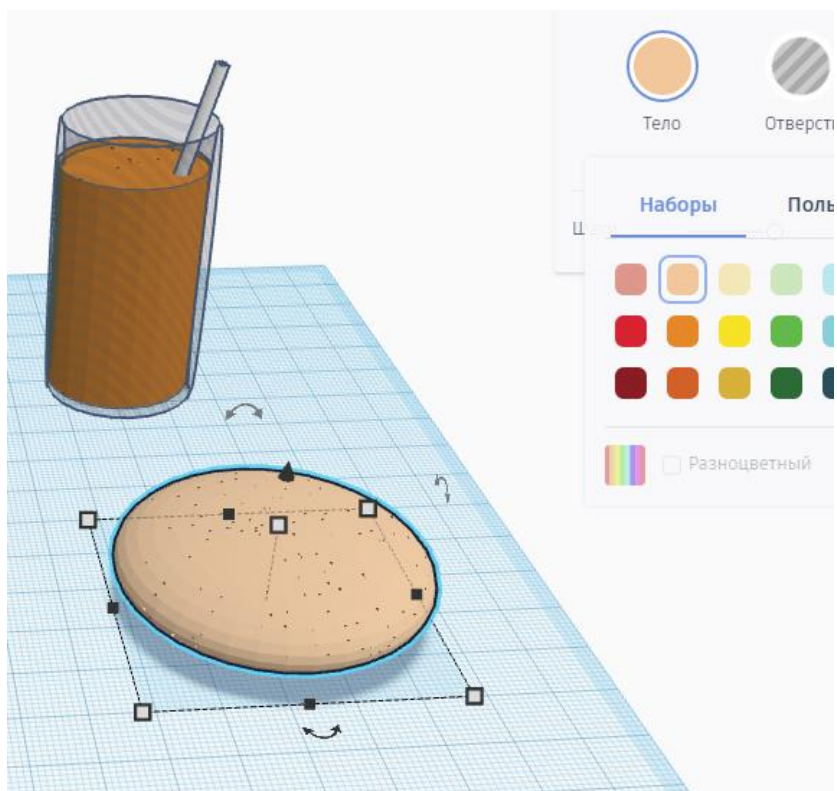
2.1 Берем фигуру шар и ставим его рядом со стаканом, как показано на картинке:



2.2. Регулируем длину (50), ширину (50) и высоту (15) шара.

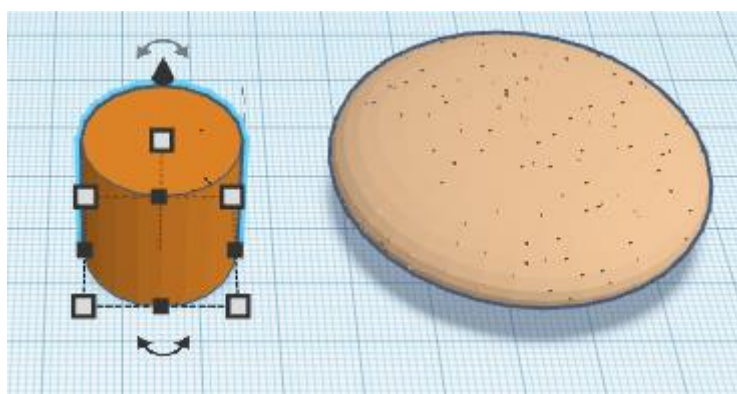


2.3 Меняем цвет на бежевый (нажимаем на синий кружок и выбираем бежевый цвет).

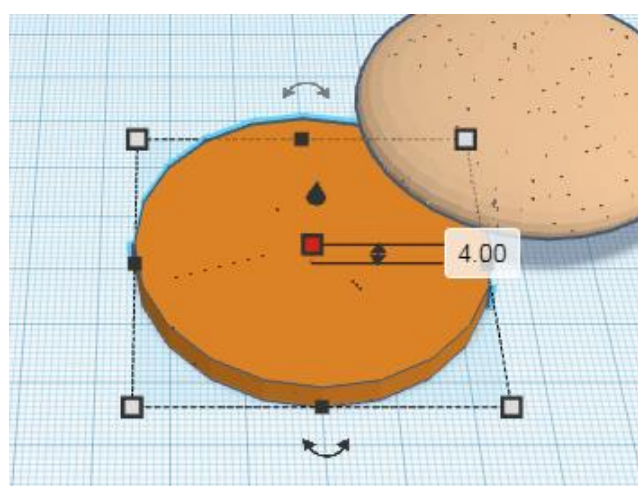
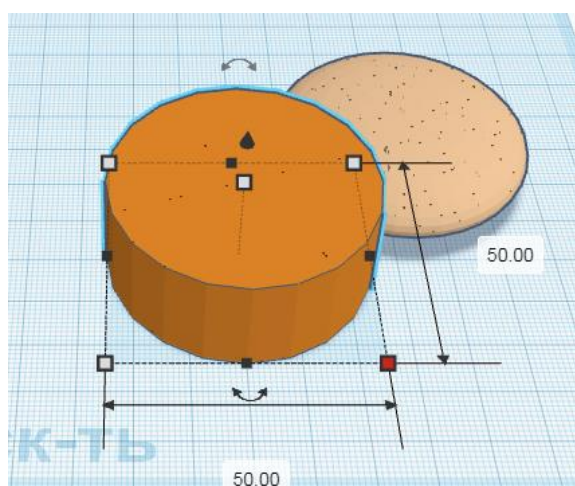


○ Котлета

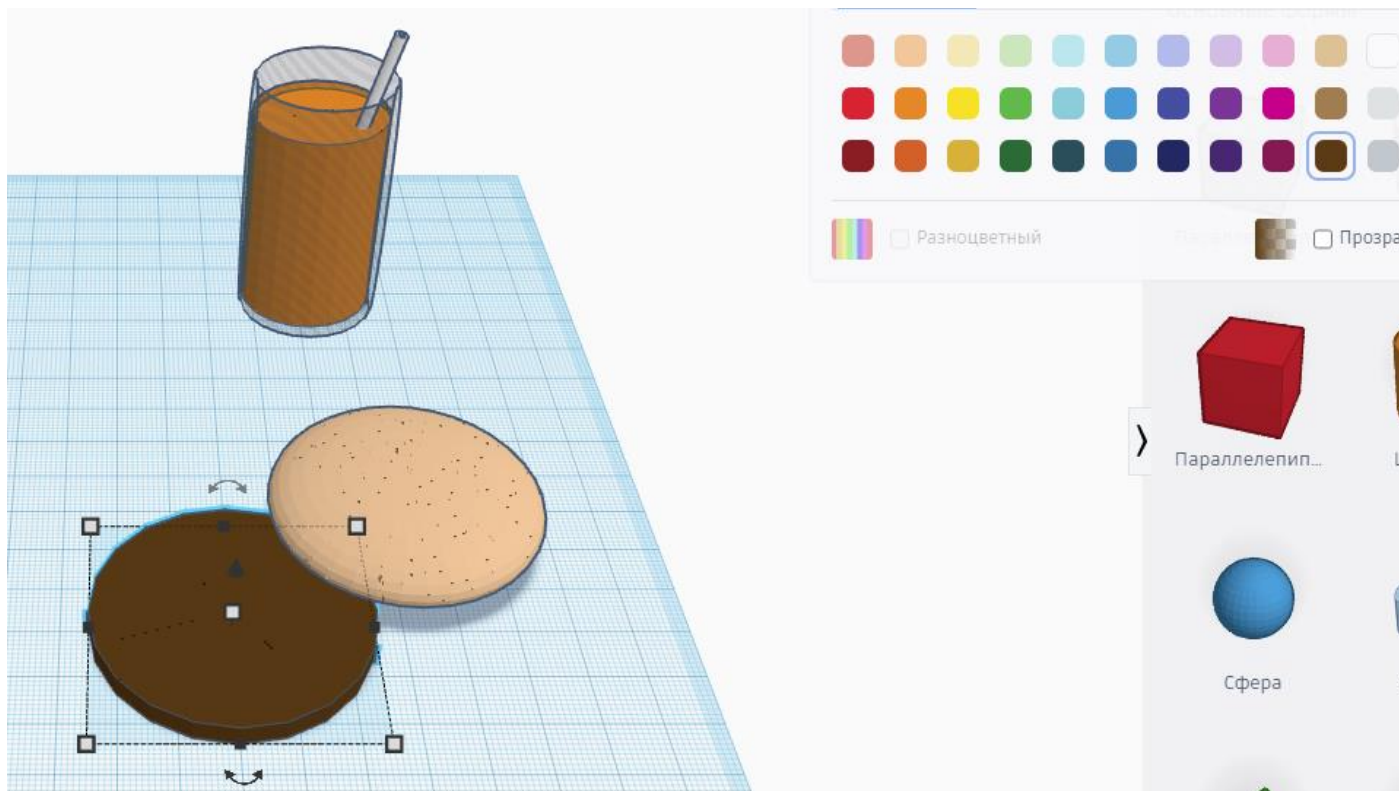
2.4 Найдите справа фигуру цилиндр и перенесите его на рабочую плоскость.



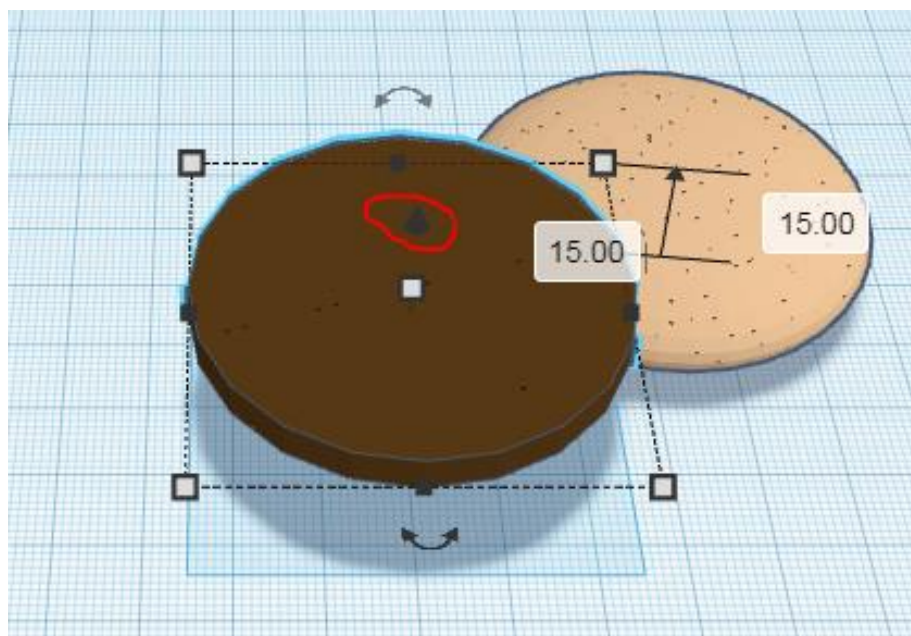
2.5 Регулируем длину (50), ширину (50) и высоту (4) цилиндра.



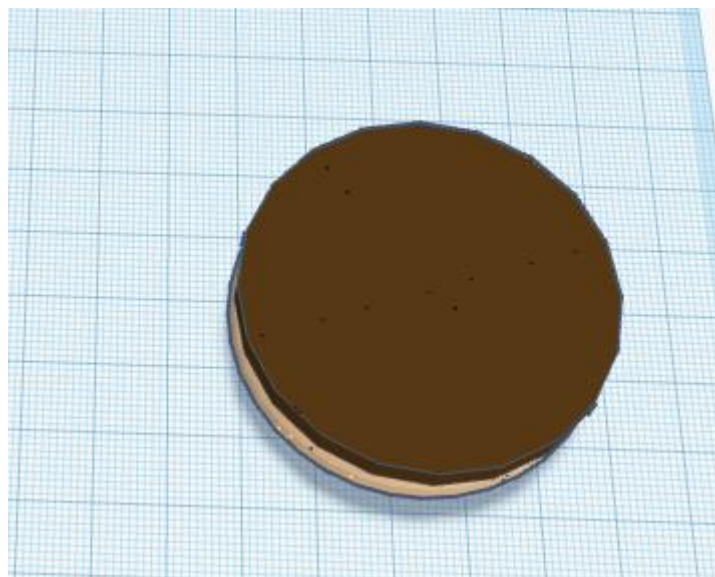
2.6 Меняем цвет цилиндра на коричневый.



2.7 Теперь поднимаем цилиндр на нужную нам высоту, чтобы начать строить бургер. Нажимаем черную стрелочку посередине котлеты и поднимаем её на 15.

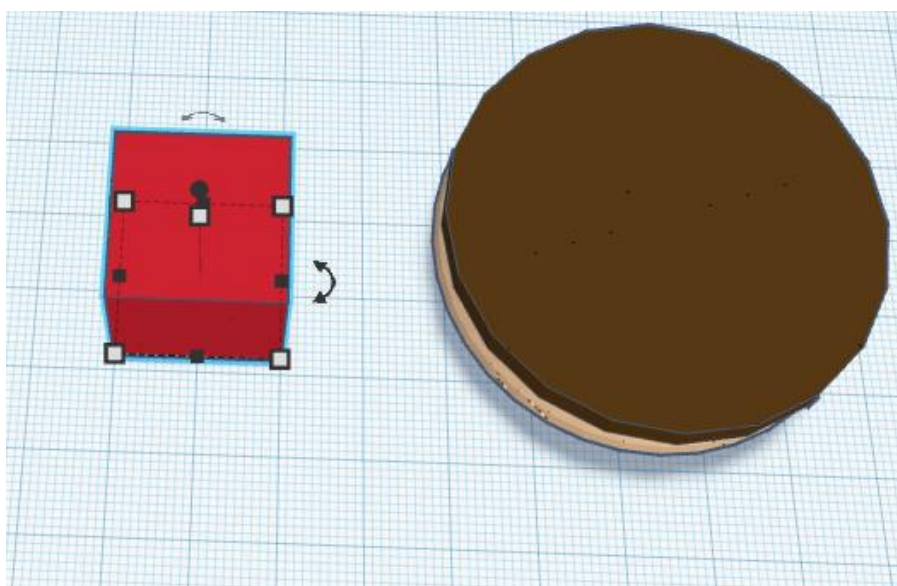


2.8 Переносим котлету на булочку. Чтобы все было ровно, можно перенести ракурс рабочей плоскости немного вверх. Для этого нажмите на кубик, который находится в левом верхнем углу.

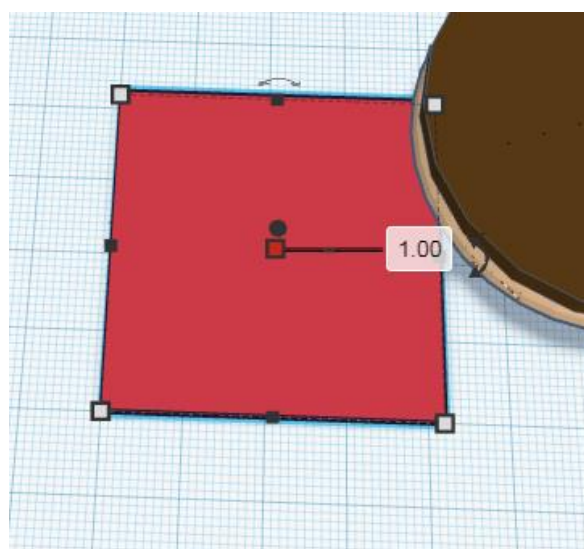
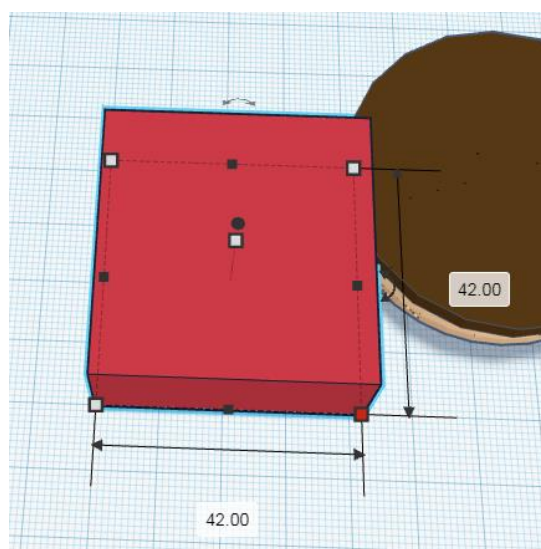


○ Сыр

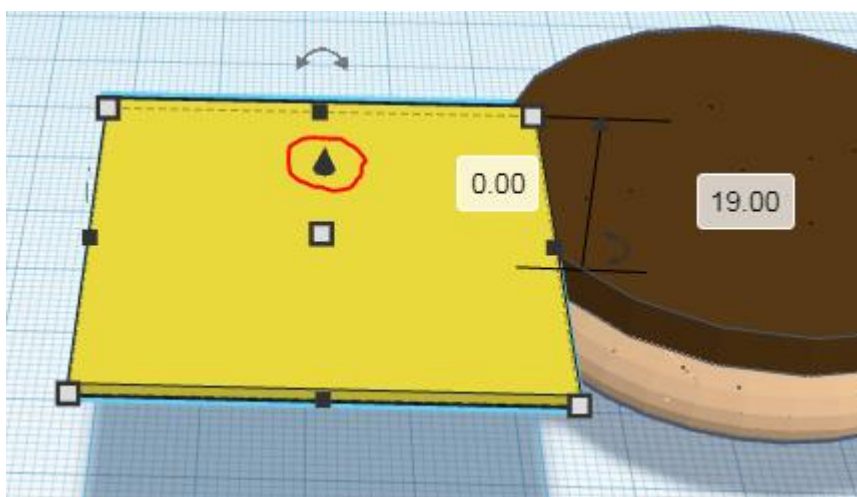
2.9 Найдите фигуру Параллелепипед, перетащите её на рабочую плоскость.



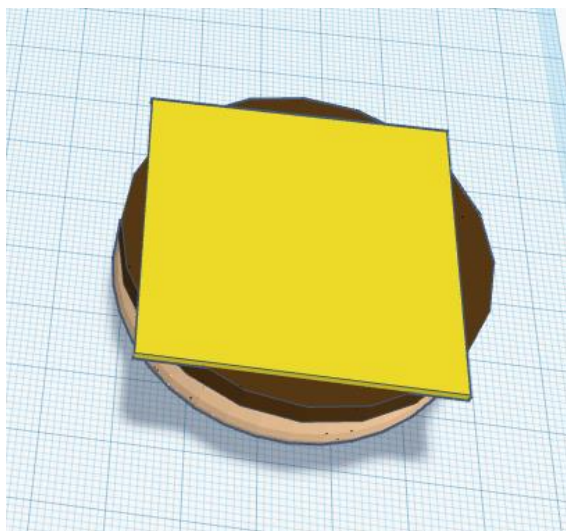
2.10 Регулируем длину (42), ширину (42) и высоту (1) параллелепипеда.



2.11 Меняем цвет параллелепипеда на желтый и при помощи черной стрелочки поднимаем фигуру на 19.

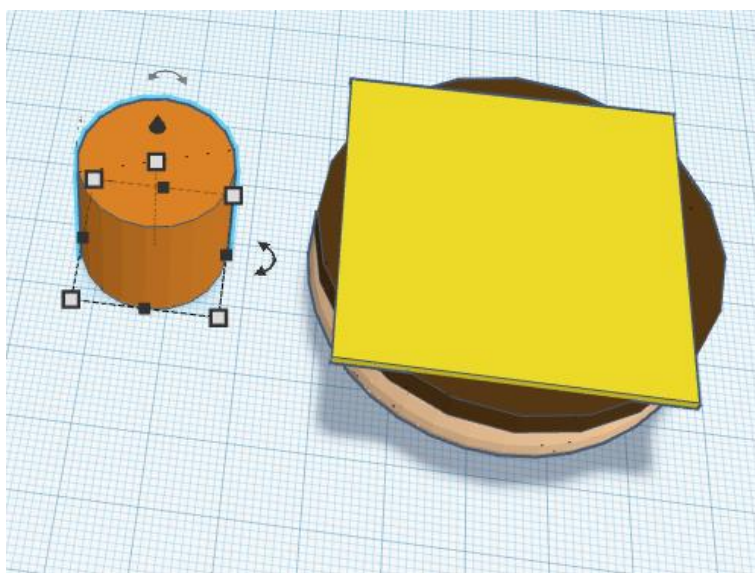


2.12 Переносим сыр на котлетку. Как это показано на картинке.

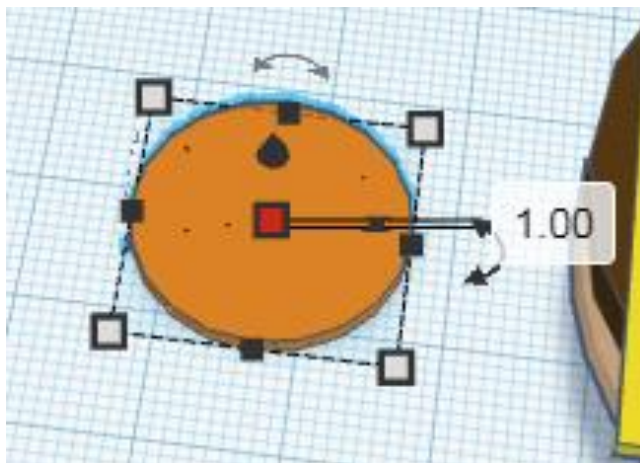


○ Помидорки

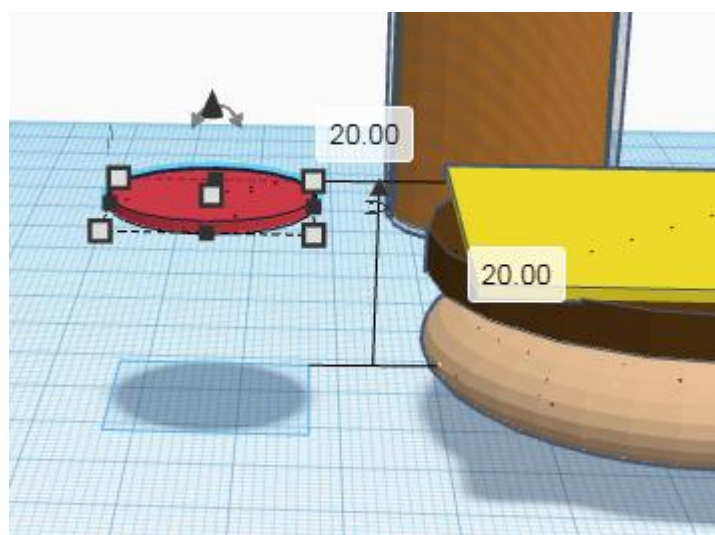
2.13 Найдите фигуру цилиндр, перетащите её на рабочую плоскость



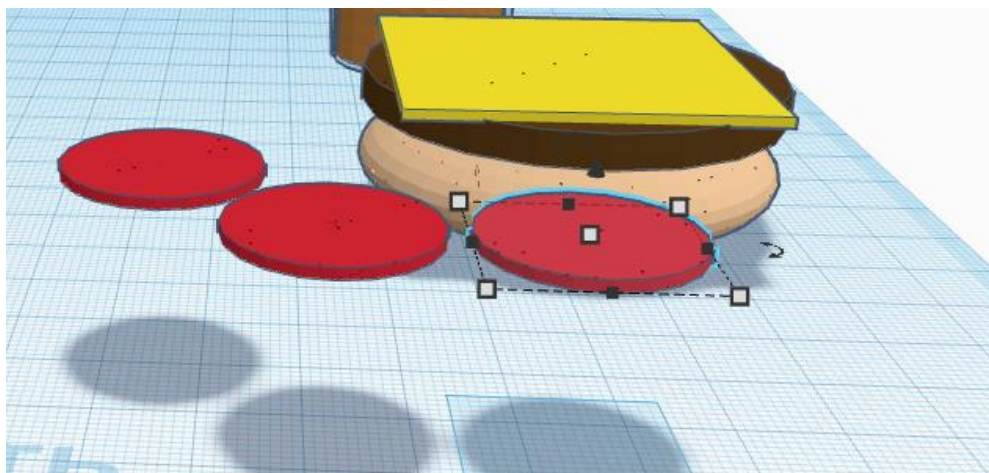
2.14 Придаем высоту цилиндру (1).



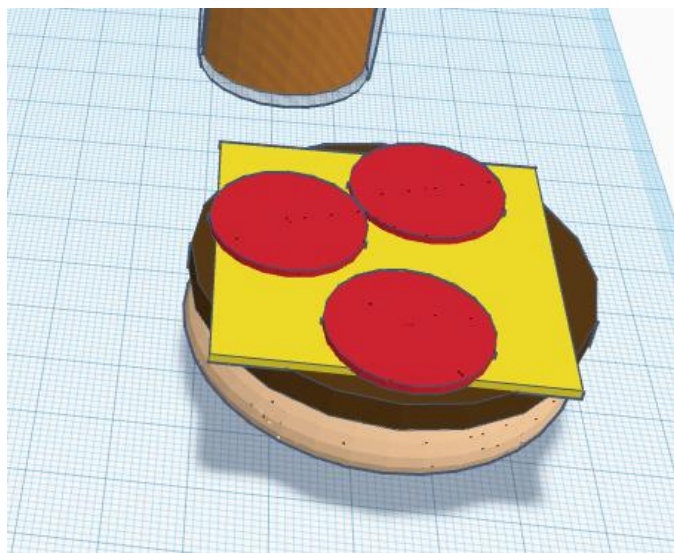
2.15 Меняем цвет цилиндра на красный и поднимаем фигуру на 20.



2.16 Теперь нужно сделать ещё 2 помидорки. Для этого нажимаем на помидорку (красный цилиндр), которую только что сделали, затем на клавиатуре одновременно зажимаем Ctrl и C, а потом зажимаем Ctrl и V. Рядом появляется еще одна помидорка. Ещё раз зажимаем Ctrl и V и получаем третью помидорку.

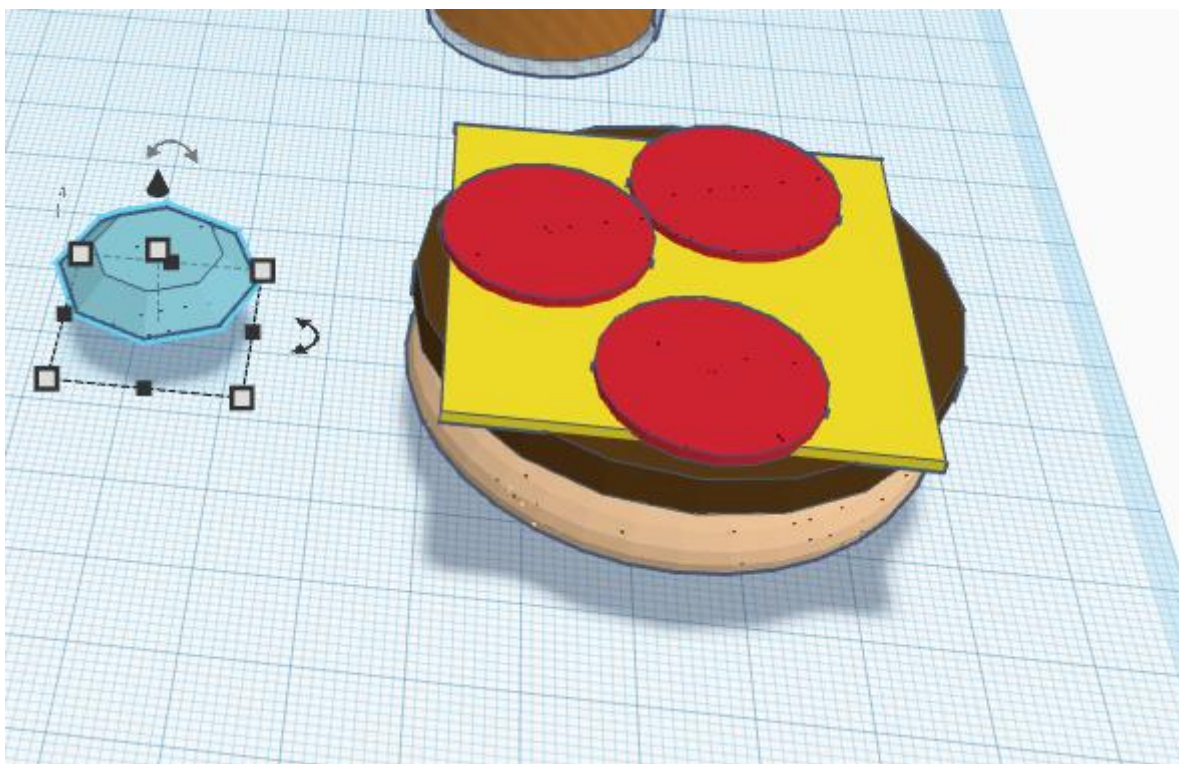


2.17 Переносим все помидорки на наш бургер.

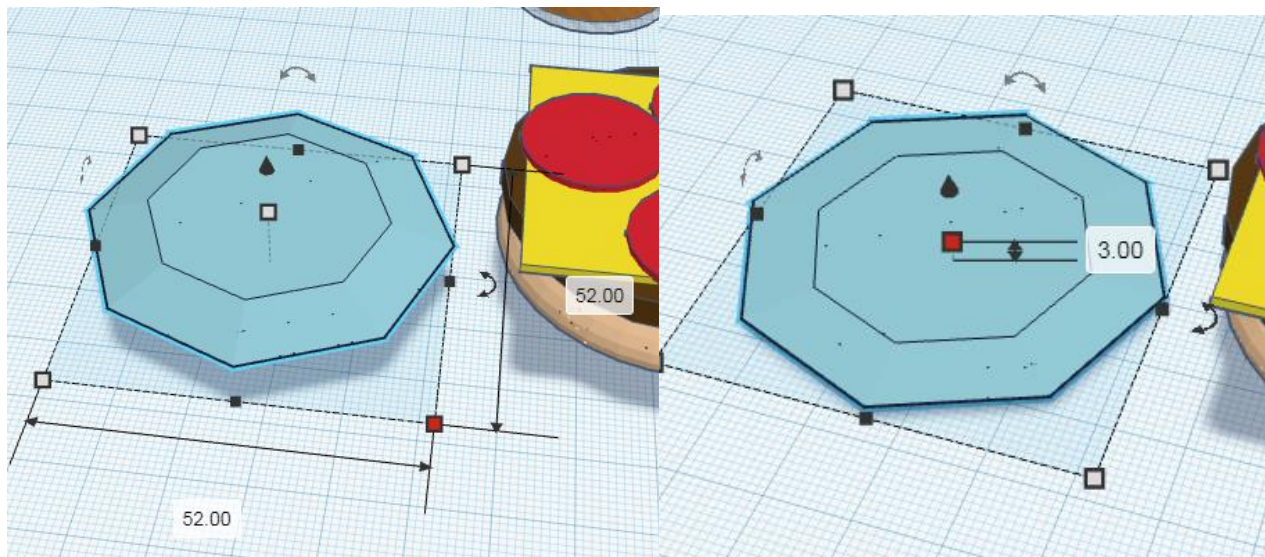


○ Салат

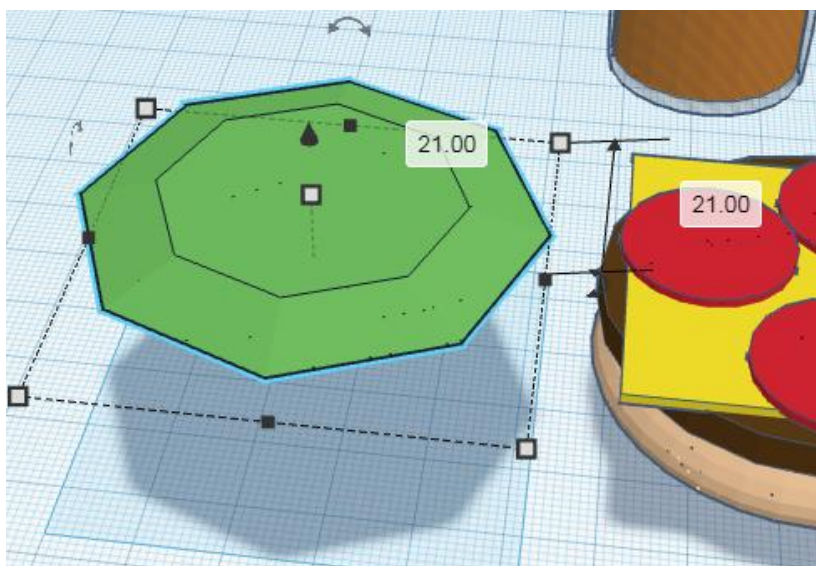
2.18 Берем фигуру бриллиант. Перетаскиваем её на рабочую плоскость.



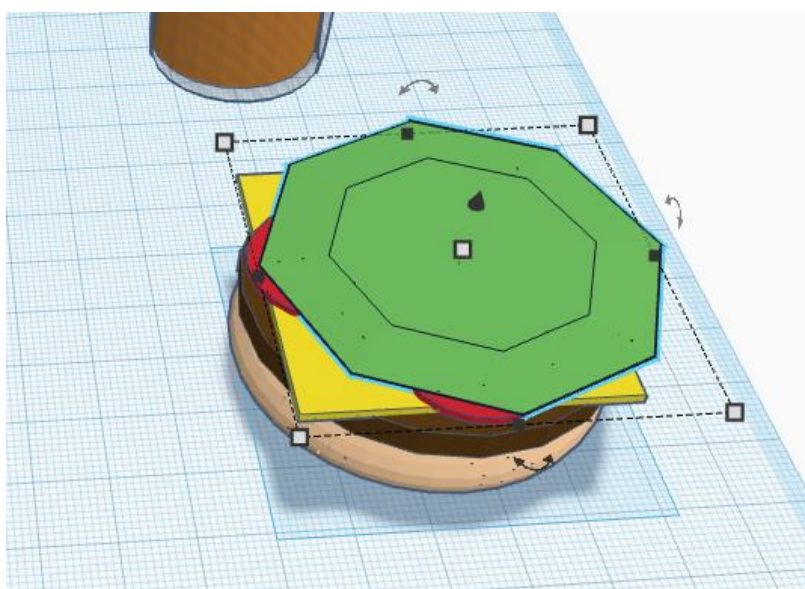
2.19 Регулируем длину (52), ширину (52) и высоту (3) бриллианта



2.20 Меняем цвет фигуры на зеленый и поднимаем её при помощи чёрной стрелочки на 21.



2.21 Переносим салат на наш бургер, чтобы он лежал на помидорках.



Кто сказал, что гамбургеры нельзя сделать вкусными и полезными? Особенно в домашних условиях, когда вы точно знаете, какое мясо использовали в котлете, каким соусом заправили и в каких условиях приготовили.

Домашние гамбургеры – отличная закуска как на обед, так и на ужин, которую с величайшим удовольствием съедят все члены семьи.

Вот простой рецепт приготовления домашнего бургера:

Нам понадобится:

Булочки для бургеров, свежие листья салатов, помидоры, огурец, котлета, любимый сыр, майонез.

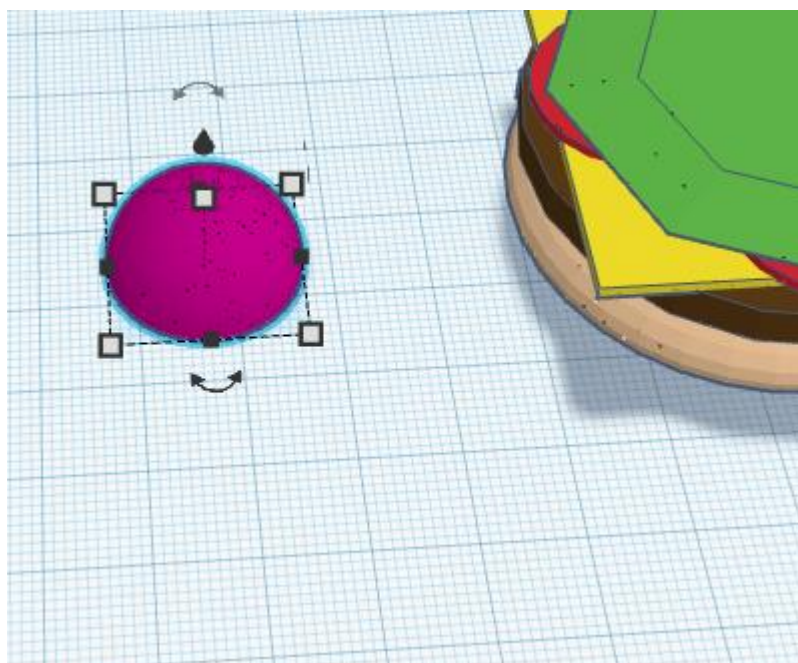
Как приготовить бургер дома:

Разрежь булочку на две половинки. Нижнюю часть булочки смажь майонезом. Выложи овощи: сначала огурцы, которые нарезаны кружочками, лист салата, кружок помидора. Сверху положи котлету, сыр и накрой все второй половинкой булочки.

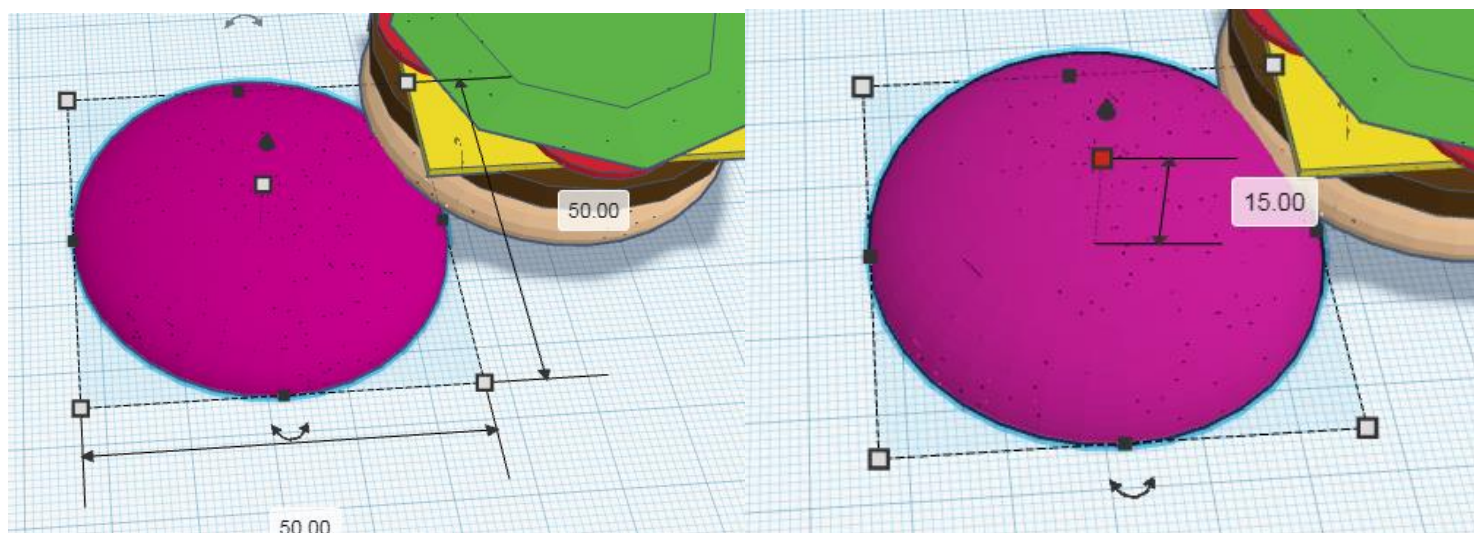
Приятного аппетита!

- Верхняя булочка

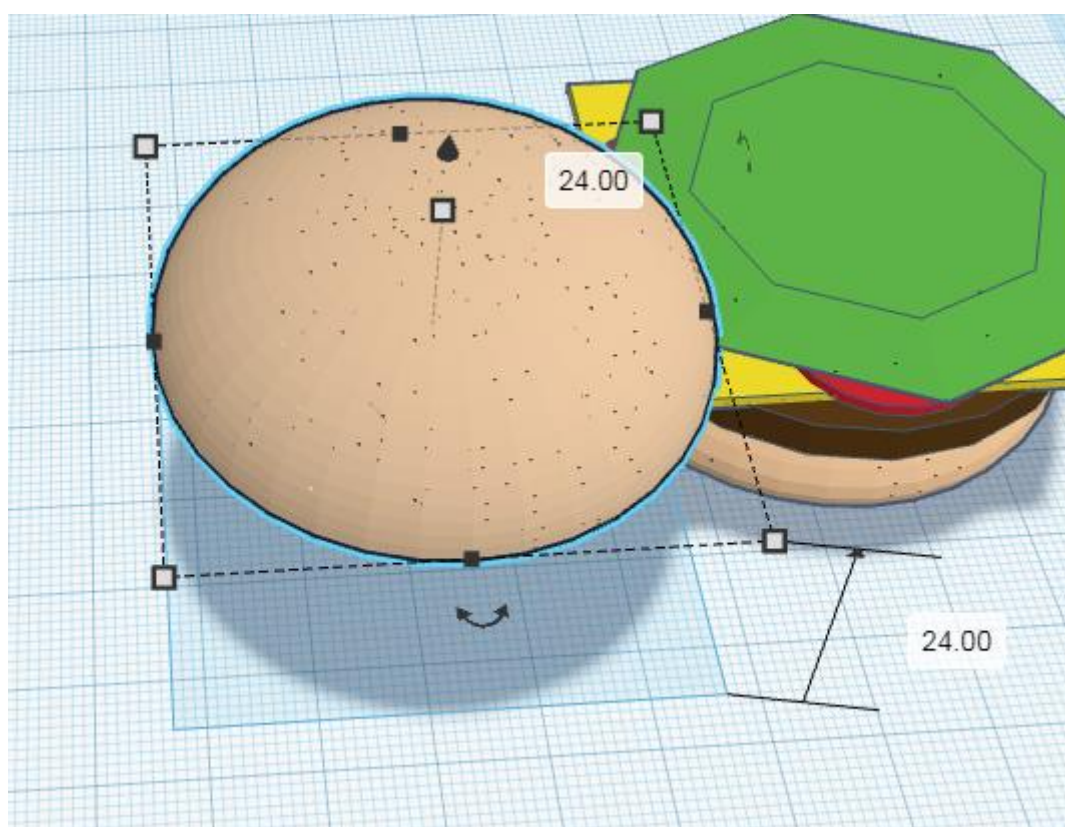
2.22 Берем фигуру полусферы, переносим ее на нашу рабочую плоскость.



2.23 Регулируем длину (50), ширину (50) и высоту (15) полусферы.

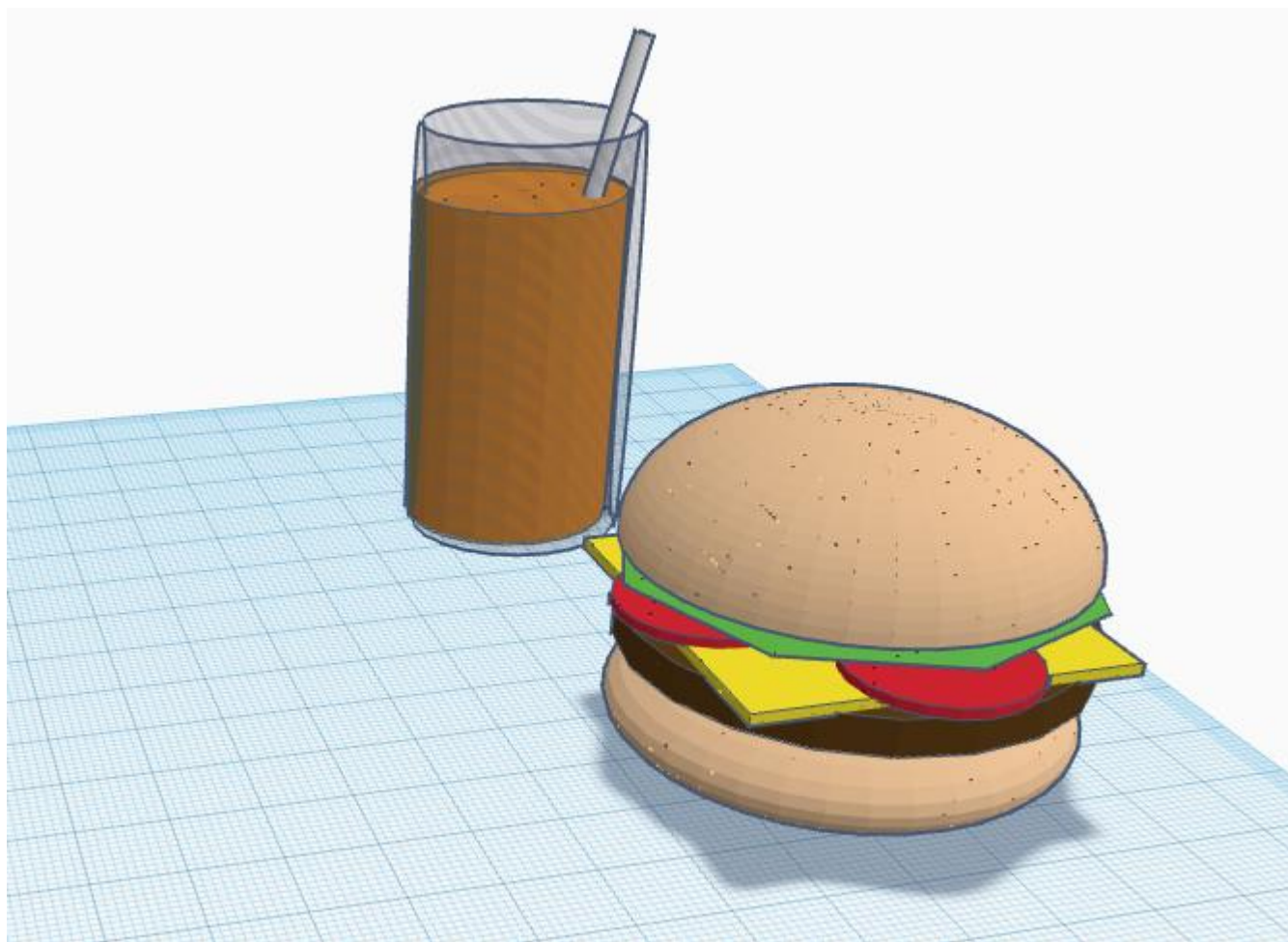


2.24 Меняем цвет фигуры на бежевый и поднимаем её на 24.



2.25 Перетаскиваем булочку на салат.

Вот и готова модель обеда из ресторана быстрого питания!



Ребята, не забывайте о том, что, несмотря на то, что детский гамбургер мы можем приготовить дома, используя натуральные продукты без всяких консервантов и красителей, все равно нужно иметь в виду, что гамбургер – это высококалорийный продукт питания – 371 Ккал. на порцию. Поэтому не нужно слишком увлекаться такой едой и есть ее часто.