Консультация для родителей

 «Научим детей беречь хлеб!»

Мальчик, ногою пинающий хлеб,

Мальчик, голодных, не знающих лет,

Помни, что были лихие года.

Хлеб – это жизнь, а не просто еда.

Хлебом клялись, за хлеб умирали

Не для того, чтоб в футбол им играли.

В слове народная мудрость таится,

Вот, что в народе у нас говорится:

«Если ты хлеб ценить перестал,

Ты человеком быть перестал».

*Хлеб. Хлебушек.*

Вдумайтесь в эти слова! Можем ли мы без него прожить? Конечно, нет!

Хлеб – основной продукт питания, самый сытный и полезный, самый любимый всеми нами.

Не все ценят хлеб. Мы можем увидеть драгоценный продукт питания возле мусорных баков, крошки под столом, не съели – бросили. Болит сердце, страдает душа, а хлеб – «плачет!»

Мы, взрослые, обязаны научить детей любить и беречь хлеб, ценить труд хлеборобов. С этой целью и разработан познавательно - экологический проект «Слава хлебу на столе!».

Конечно, наши дети не могут вырастить и убрать хлебную делянку, чтобы понять, как труден путь хлеба к столу человека. Но реализация проекта «Зернышки на солнышке» предоставляет возможность родителям и воспитателям познакомить ребят с процессом посева, выращивания, сбора, хранения зернового урожая, изготовления хлебобулочных изделий.

Подбор и разработка дидактических и сюжетно – ролевых игр, красочных иллюстраций, презентаций, поучительных рассказов и стихотворений, пословиц и поговорок, помогут воспитать у детей добрые чувства к хлебу и труду хлеборобов.

И комбайнёр, что хлеб наш убирает,

И мукомол, и пекарь скажет вам,

Что дорог он трудом. А вы порою

Бросаете небрежно хлеб к ногам.

Его теперь в достатке в магазине,

И, слава Богу, сыты наши дети.

Но если всё, же лишнее купили,

Отдайте птицам крошки хлеба эти.

 Л. Колударова.



В осуществлении проекта, дорогие родители, нам необходима ваша поддержка и помощь.

Наши рекомендации:

• В отпуске, по возможности, покажите ребёнку хлебное поле, познакомьте с процессом сбора урожая – нелегким трудом хлеборобов.

• Научите детей брать столько хлеба, сколько он может съесть, не бросать куски и крошки на пол, под стол. Хлебные крошки собрать - покормить птиц.

• Расскажите и покажите ребёнку, что из черствого хлеба можно приготовить вкусные сухарики, пожарить гренки.

• Беседуйте с детьми о хлебе, о труде хлеборобов; размышляйте с ребенком о значении пословиц и поговорок (2- 3 выучите наизусть).

**Всем желаем успехов!**

**Консультация для родителей**

***«Расскажите детям о хлебе!»***

Уважаемые родители!

Расскажите детям, какое значение для всех людей имеет хлеб, как много людей разных профессий трудятся, чтобы у нас на столе появился хлеб, что хлеб надо беречь; объясните детям выражение «Хлеб - всему голова»; с целью расширения и закрепления знаний о хлебе сходите с ребёнком в булочную, посмотреть, какие есть хлебобулочные изделия; купив хлеб, обратите внимание на его вкус, запах, расскажите, из чего пекут хлеб; рассмотрите пшеничное зерно, муку; поговорите с ребёнком о труде колхозников, которые выращивают хлеб.

Наши предки уважали и почитали хлеб. По русскому обычаю, если нечаянно уронишь хлеб, его нужно поднять, и не только бережно обтереть, но, и поцеловав, попросить прощение.

Хлеб – дар Божий, говорили наши предки. Они считали хлеб главным богатством. Хлеб – это символ благополучия и достатка.

Давайте будем беречь хлеб и учить этому своих детей. Человек, который не научится беречь хлеб, никогда не будет пользоваться уважением окружающих.

***Прочитайте детям стихи про хлеб:***

 \*\*\*

 Вот он Хлебушек душистый,

 Вот он теплый, золотистый.

 В каждый дом, на каждый стол,

 он пожаловал, пришел.

 В нем здоровье наша, сила, в нем чудесное тепло.

 Сколько рук его растило, охраняло, берегло.

 В нем - земли родимой соки,

 Солнца свет веселый в нем...

 Уплетай за обе щеки, вырастай богатырем!

 С. Погореловский

В устном творчестве русского народа, упоминание хлеба встречается часто. Это неудивительно, с давних пор он употреблялся в пищу, от того, насколько богат был урожай, зависела судьба людей до следующей жатвы.

**Прочитайте с детьми пословицы и поговорки о хлебе**, объясните их значение:

 \*\*\*

 -Береги хлеб для еды, а деньги для беды.

 \*\*\*

-Хлеб – батюшка, вода – матушка.

 \*\*\*

-Хлеб хлебу брат.

 \*\*\*

-Худ обед, когда хлеба нет.

 \*\*\*

-Хлеба ни куска, так и в горнице тоска.

 \*\*\*

-Хлеб да вода – мужицкая еда.

 \*\*\*

-Хлеба нет – корочка в честь.

 \*\*\*

-Сколько ни думай, а лучше хлеба-соли не придумаешь.

 \*\*\*

-Покуда есть хлеб да вода, все не беда.

 \*\*\*

-Без хлеба, без соли худая беседа.

 \*\*\*

-Хлеб – дар божий, отец, кормилец..

 \*\*\*

-Без хлеба, без соли никто не обедает..

 \*\*\*

-Не в пору и обед, коли хлеба нет..

 \*\*\*

-Была бы голова на плечах, а хлеб будет.

**Интересные факты:**

Из зернышка пшеницы можно получить около 20 миллиграммов муки первого сорта. Для выпечки одного батона требуется 10 тысяч зерен.

 \*\*\*

Хлеб дает нашему организму белки, углеводы, обогащает его магнием, фосфором, калием, что необходимо для работы мозга. Хлеб содержит витамины. Ученые-медики считают, что взрослый человек должен съедать в сутки 300-500г хлеба, при тяжелой работе все 700г. Детям, подросткам нужно 150-400г хлеба. Почти половину своей энергии человек берет от хлеба.

 \*\*\*

Самыми популярными злаками для хлеба являются пшеница, рожь и ячмень.

Для выпекания «хлебоподобных» изделий могут использовать также муку из овса, кукурузы, риса, гречи.

 \*\*\*

Блюда из пшеницы нормализуют пищеварение и обменные процессы, выводят шлаки из организма, являются хорошей профилактикой дисбактериоза и диатеза, способствуют укреплению мышц.

 \*\*\*

Овес по содержанию легкоусвояемых белков и жиров богаче других злаков. Также он отличается хорошим соотношением углеводов, белков, жиров и витаминов группы В.

 \*\*\*

Кукурузная крупа, которая получается из белой и желтой кукурузы, богата крахмалом, железом, витаминами В1, В2, PP, D, Е и каротином (провитамином А).