

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:

В каждом зёрнышке пшеницы
Летом и зимой
Сила солнышка хранится
И земли родной.
И расти под небом светлым,
Строен и высок,
Словно Родина бессмертный,
Хлебный колосок.

В. Орлов

Хлеб ржаной, батоны, булки
не добудешь на прогулке.
Люди хлеб в полях лелеют,
сил для хлеба не
жалуют.

Я.АКИМ

Зёрна наших дней, светитесь
Позолотою резной!
Говорим мы: «Берегите.
Берегите Хлеб родной...
Не мечтали мы о чуде.
К нам с полей живая речь:
«Берегите хлеб, вы –люди!
Научитесь хлеб беречь!»

Н.Тихонов

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 «хлебобулочных» 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, РР, D, E и каротином (провитамин А).



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